



## BAMBINI E ADOLESCENTI: RISCHI E DANNI DELL'IPERCONNESSIONE

Nuove dipendenze • 20-10-2017



## BAMBINI E ADOLESCENTI: RISCHI E DANNI DELL'IPERCONNESSIONE

Quali sono i rischi e i danni celebrari che riguardano li bambini e i ragazzi sono troppo connessi? Il 98% degli studenti tra i 15 e i 19 anni senza differenza di genere e classi di età, si è connesso a internet nel corso dell'anno: il 18% per meno di un'ora al giorno, il 54% da 1 a 5 ore, il 14% è rimasto connesso per tutto il giorno. Il 6,9% ha avuto un utilizzo di Internet definibile "a rischio".

Sono questi alcuni dei dati emersi dall'indagine ESPAD realizzata sulla popolazione studentesca della provincia di Bergamo dall'Istituto di Fisiologia Clinica del [Consiglio Nazionale delle Ricerche](#) in collaborazione con l'Osservatorio Dipendenze di Ats Bergamo. Dati che possono essere facilmente sovrapponibili a quelli di altre province della nostra penisola. Per rilevare il grado di rischio associato all'uso di Internet è stato utilizzato il test Short Problematic Internet Use Test (SPIUT), un questionario di screening specifico per adolescenti, validato a livello nazionale, dal quale è emerso che per il 7,1% degli studenti della provincia di Bergamo che durante l'anno si sono collegati on-line l'utilizzo di Internet è definibile "a rischio" (M=6,4%; F=8,0%), quota che corrisponde al 6,9% di tutti gli studenti della provincia.

Cerca



### CATEGORIE

[CAT](#) >

[SEMPLICEMENTE](#) >

[Alcol alcolismo](#) >

[Cannabis tabacco](#) >

[Cocaina](#) >

[Eroina](#) >

[Ludopatia, gambling, GAP](#) >

[Nuove dipendenze](#) >

[Disturbi del comportamento](#) >

[alimentare](#)
[Dipendenza affettiva](#) >

[Psicofarmaci, depressione, ansia](#) >

[Bullismo, adolescenza](#) >

[Internet addiction](#) >

[A.A.](#) >

[Al-Anon](#) >

[HIV](#) >

### TAGS

[SPINELLO](#)
[SIGARETTA ELETTRONICA](#)
[SPINOCCHIO](#)
[VIRTUALE](#)
[VODKA](#)
[SOSTANZE PSICOTROPE](#)
[STATO-REGIONI](#)
[24 ORE](#)
[CALDO ESTIVO](#)
[ALLENAMENTO](#)

"Non solo, lo studio ci ha consentito di rilevare anche che la quota di studenti con profilo a rischio tende ad aumentare in corrispondenza delle ore trascorse a fare attività online", spiega Elvira Beato, Assistente Sociale Specialista, Responsabile dell'Osservatorio delle Dipendenze Ats Bergamo. "È emerso che è a rischio il 30% di chi giornalmente naviga su internet per più di 6 ore, contro il 2% di chi è collegato circa per 1 o 2 ore. Numeri inequivocabili che ci impongono una particolare attenzione proprio alle fasce adolescenziali e dei giovani adulti, sicuramente più sensibili e più esposte al rischio".

#### MA QUALI SONO LE ATTIVITA' CHE GLI ADOLESCENTI SVOLGONO SU INTERNET?

Secondo l'indagine, il 93% di chi si è connesso durante l'anno ha usato Internet in un giorno infrasettimanale qualsiasi lo ha fatto per chattare e/o partecipare ai social network, l'84% per leggere quotidiani, il 78% per scaricare film o musica e il 37% per accedere a siti specificatamente rivolti ad adulti (il 37% anche tra i soli minorenni). In quest'ultimo caso sono soprattutto i maschi ad aver adottato tali comportamenti. In particolare: il 14% degli studenti italiani si dedica a giochi di abilità (come Texas Hold'em o Sudoku) e il 33% a giochi di ruolo, in particolar modo i ragazzi e gli studenti minorenni. Il quadro è arricchito dai risultati dell'analisi condotta sempre sul territorio di Bergamo e provincia grazie alla collaborazione di più di 90 pediatri e dedicata all'analisi di un ampio campione pre-adolescenziale (più di 3000 questionari nel 2016, primo anno della ricerca, e già circa 2000 nell'anno in corso). "Dalle rilevazioni è emerso che l'uso di internet si sta progressivamente anticipando. Accade sempre più spesso", rivela Luigi Greco, pediatra di famiglia, "che anche bambini molto piccoli navigano da soli. Se è vero però che i bambini tra gli 8 e i 10 anni sono più sorvegliati, è vero altrettanto che per questa fascia si ha una percezione del rischio minore. Viceversa, tra gli 11 e i 13 anni, c'è maggiore autonomia nella gestione delle connessioni, ma anche minore percezione del rischio. Dati che devono farci riflettere anche perché i pericoli a cui i nostri figli si espongono sono tantissimi".

Nello specifico, il 97% degli intervistati afferma di avere dei dispositivi con cui accedere alla rete (il 72% addirittura attraverso uno smartphone personale) e l'83% dispone di questi strumenti tutti i giorni, con limitazioni di orario (il 60%) o senza (il 30%) in orari giornalieri mentre il 9% ne fa uso anche di notte. Solo nell'ultimo anno l'età media di primo utilizzo di un web device si è abbassata da 9 anni (2016) a 7 anni e mezzo (2017). Il 17% invia foto personali, il 4,4% chat con sconosciuti e il 1,4% invia dati personali a sconosciuti; in generale gli strumenti informatici vengono utilizzati per navigare in Internet, scaricare musica, giochi, effettuare ricerche scolastiche, vedere filmati su YouTube e chattare sui social media. Dal 2016 al 2017 non ci sono grossi cambiamenti per quanto riguarda i dati sulla sorveglianza parentale: circa il 20% dei ragazzi non è controllato dai genitori mentre naviga. **"L'età della prima connessione è sempre più bassa. Per questo deve nascere in noi adulti una consapevolezza maggiore.** A marzo 2018 avremo i dati complessivi", anticipa Alberto Zucchi, direttore del Servizio Epidemiologico di Ats Bergamo, "e da qui potremo partire per sviluppare idonei sistemi di accompagnamento per i minori che navigano online. È inquietante pensare che ci siano così tanti bambini da soli dietro a uno schermo. E questo, senza contare che oltre ai rischi esterni, sono tante e purtroppo gravi le possibili ricadute sulla salute: dall'alterazione del sonno ai disturbi nella concentrazione alle interferenze della tecnologia nei rapporti interpersonali".

Studi scientifici recenti ("The associations between sedentary behaviour and mental health among adolescents: a systematic review", "Myopia, a growing health problem" e "Protective and risk factors for adolescent sleep: a meta-analytic review") rilevano che l'iperconnessione può avere serie ripercussioni sulla salute dei bambini e dei giovani adulti. Spiega il dott. Roberto Moretti, medico, responsabile dell'unità promozione della salute Ats Bergamo: "L'impatto dell'uso di internet sugli stili di vita negli adolescenti, in particolare sulla sedentarietà e sul sonno è molto rilevante con conseguenze misurabili già dopo 2-3 ore di utilizzo. Pensiamo all'aumento della sedentarietà con la conseguente diminuzione degli anni di vita, ma anche all'esposizione alle cosiddette fakenews che rischiano di innescare comportamenti sbagliati nell'accesso alle cure, nell'uso di farmaci o nell'adozione di particolari diete. Conseguenze a cui si aggiungono quelle legate alla vista. Senza contare che un'eccessiva esposizione al web, a prescindere dal device utilizzato, provoca una perdita di sonno. E dormendo meno di otto ore per notte le ripercussioni negative sulla salute possono essere importanti".

Ats Bergamo rivolge molta attenzione alla salute di bambini e adolescenti non solo analizzando caratteristiche e rilevanza ma anche attraverso azioni di prevenzione di comportamenti a rischio e le diverse forme di dipendenza nei loro differenti contesti di vita. A partire dagli interventi nelle scuole, dove da tempo Ats è impegnata in collaborazione con le tre ASST Orobiche e il Proweditorato agli Studi. "Abbiamo diversi progetti attivi rivolti ai giovani bergamaschi, dal Life Skills Training program ad Unplugged rivolti alla scuola secondaria di secondo grado, a Giovani Spiriti, che interviene sui temi della guida, del gioco d'azzardo e delle nuove tecnologie. E quest'anno, inoltre, abbiamo lanciato una nuova sperimentazione regionale per l'adattamento del progetto Life Skills sulla scuola primaria che sta coinvolgendo l'IC di Calcinato. Anche se non sempre intervengono sul tema specifico dell'utilizzo delle nuove tecnologie, tutti questi progetti hanno l'obiettivo di sviluppare le abilità di vita degli studenti (life skills) tra cui le capacità di comunicare con gli altri, di risolvere problemi, di resistere alle pressioni esterne e di dire di no; l'assertività e le capacità di resistenza sociale.

Forniscono quindi agli studenti gli strumenti per gestire il meglio possibile le situazioni che la vita presenta loro e, proprio per questo motivo hanno un effetto protettivo trasversale a numerosi comportamenti a rischio tipici della fase adolescenziale", commenta Luca Biffi, Psicologo, Responsabile UOS Prevenzione delle Dipendenze Ats.

(...omissis...)

copia integrale del testo si può trovare al seguente link:

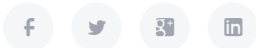
<http://www.tbboresette.com/bambini-adolescenti-rischi-danni-delliperconnessione/>

(Articolo pubblicato dal CUFRAD sul sito [www.alcolnews.it](http://www.alcolnews.it))

 DIPENDENZA, INTERNET, IAD


[« TORNA ALL'ELENCO](#)

CONDIVIDI



#### CUFRAD

Centro specializzato per la cura dell'ALCOLISMO e delle patologie correlate





 Loc. Paolorio, 2  
Sommariva del Bosco (CN)



#### AIUTACI

Aiutaci con il 5 per mille! Il CUFRAD (Centro Francese di Volontariato) è tra i beneficiari dei proventi del 5 per mille dell'IRPEF. Per destinare tali fondi a sostegno dell'impegno del CUFRAD a difesa della prevenzione e della salute è sufficiente apporre la propria firma, nella scheda allegata alla dichiarazione dei redditi, nel riquadro "Sostegno del volontariato e delle associazioni e fondazioni riconosciute" e indicare il Codice Fiscale del CUFRAD, che è 04377610011

#### CONTATTI

 [info@cufrad.it](mailto:info@cufrad.it)  
 338-1938888  
 331-2460501/2/3/4  
 0172-55294