

BAMBINI E TECNOLOGIE DIGITALI: MODIFICAZIONI DEL COSTUME, OPPORTUNITÀ E RISCHI

Il tema del crescente e sempre più precoce utilizzo da parte di bambini e adolescenti delle tecnologie digitali è affrontato in questo numero dalla ricerca di Gabriele Qualizza ed è toccato dall'Osservatorio.

I due contributi sembrano portare a conclusioni contrastanti: abbastanza tranquillizzanti, sia pure con qualche caveat, i risultati dello studio di Qualizza (peraltro non finalizzato a dare messaggi quanto a comprendere e individuare le tendenze); allarmanti, invece, le notizie che arrivano da più parti sull'aumento delle tecno-dipendenze.

In realtà non vi è contraddizione alcuna. Si tratta, infatti, di due lenti diverse attraverso le quali viene considerata la questione.

Nella prospettiva sociologica interessa cogliere il senso dei cambiamenti nelle abitudini, nei rapporti e nello stare al mondo delle giovani generazioni derivante da quella che è stata definita la "domesticazione" delle tecnologie digitali. I risultati dell'indagine sembrano smentire l'idea che l'uso di tali tecnologie, anche quando molto intenso (nella gran parte dei casi ci si avvicina alle due ore sia per i messaggi cellulari che per la connessione *on line*), possa sacrificare le relazioni *off line*: solo il 4,1% (che diventa quasi il 5% tra i più "connessi") infatti esce con i propri amici meno di prima, mentre il 71,6% mantiene i ritmi precedenti e il 24,3% esce addirittura più di prima.

Nella prospettiva di chi si cura delle implicazioni per la salute, quel 4-5% di ragazzi che hanno, almeno in parte, sacrificato i rapporti a tu per tu alla "connessione" *on line* può costituire un fenomeno preoccupante se costituisce un primo segno di una reclusione nel web, o magari di una franca dipendenza. In fondo, anche il milione di ragazzi *hikikomori* giapponesi non costituisce molto più del 5% degli adolescenti di quel Paese. Il sociologo guarda alla direzione del fiume, il medico ai danni che la forte corrente può provocare sulle sponde, particolarmente dove ci sono arbusti fragili. E qui sta un aspetto importante della questione: il problema, anzi i problemi, nascono dalla combinazione tra tempi e modalità di utilizzo delle tecnologie digitali e personalità e ambiente familiare e sociale di ciascuno. I rischi per la salute, in particolare di quella mentale, sono concentrati laddove esiste una vulnerabilità maggiore. Una recente revisione sull'argomento (*Online Social Networking and Addiction: A Review of the Psychological Literature*, di Daria Kuss e Mark Griffiths, pubblicata su *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2011;8(9):3528-52) conferma che l'effetto del *social networking* digitale è diverso a seconda dei tratti di carattere. Ad esempio, i ragazzi che hanno una rete di relazione ricca, e una buona autostima, usano Facebook per il loro ulteriore avanzamento sociale, a supporto del principio che "i ricchi diventano più ricchi". Al contrario, quanti hanno reti sociali povere e bassa autostima tentano di compensare questo attraverso i *social network*, ma sono molto vulnerabili al tipo di feedback che ricevono: se è positivo, bene; ma se è negativo (ed è dimostrato che la rete induce disinibizione, quindi sono più frequenti caldi apprezzamenti, ma anche critiche e derisioni feroci) la loro nozione di sé peggiora, fino a conseguenze talora estreme. Ancora, è dimostrato che, come per altre dipendenze, sono le personalità narcisistiche che sono a maggior rischio. E che sulla rete si

tende a dare immagini non veritiere di sé, che poi possono generare disillusioni sia negli altri che in se stessi. Quindi, se per la grande maggioranza le cose possono andare bene, per alcuni l'effetto della rete può essere devastante sia in termini di possibile dipendenza che di forte caduta della considerazione di sé. Recenti fatti di cronaca sembrano confermare questo, anche se la connessione non è che un tramite per l'esplicazione di un "cyber bullismo" che ha ben altre cause: la mancanza di rispetto sociale, l'omofobia, l'attitudine alla violenza. Peraltro, è anche dimostrato che l'esposizione precoce alla violenza su diversi media, inclusi i videogiochi aggressivi, contribuisce a sua volta a fenomeni di aggressività sia mediatica che esercitata nella vita reale, e a una desensibilizzazione nei confronti della violenza e della sopraffazione che si esplicano nel mondo.

Si tratta, poi, di vedere che tipo di relazioni vengono costruite nella rete: come lo stesso Qualizza osserva: "il rischio è che nello spazio dei nuovi media l'essere-con tenda a prevalere sul parlare-di, l'affinità e la sintonia sul dialogo, l'ansia di essere accolti dal gruppo sulla capacità di esprimere la propria originale individualità".

C'è poi il problema delle conseguenze sull'acquisizione e l'utilizzo delle informazioni, sulle fonti e sulla modalità per dare un senso alla miriade di nozioni, e di collegarle tra loro, sulle forme di conoscenza che vengono sacrificate. Tra le attività che secondo la ricerca di Qualizza sono contratte fortemente in gran parte degli utilizzatori di internet c'è quella della lettura. E non è certo una buona cosa. Gli insegnanti di ogni ordine segnalano bambini e ragazzi informati ma disorientati quanto a selezione e ordine delle informazioni. Aumenta la difficoltà di dare un senso a dissertazioni e tesi di laurea che diventano un "taglia e cuci" di segmenti tratti dalla rete senza sequenza logica e senza "tesi". Il cervello si riempie di nozioni ma forse perde la capacità di ritenerle e soprattutto di collegarle: "Il PC conserva quello che abbiamo smesso di memorizzare. Così il nostro cervello non si sforza", è la conclusione di uno studio scientifico pubblicato su *Science* da un gruppo di neurologi della Columbia University. In uno studio su 219 studenti universitari, gli utilizzatori di Facebook avevano voti più bassi e studiavano meno degli altri. Gli stessi utilizzatori riconoscevano un impatto negativo in termini di procrastinazione degli impegni, distrazione e cattivo utilizzo del tempo, e mentre studiavano restavano connessi a qualche social network (Kirschner PA, Karpinski AC. Facebook and academic performance. *Computing and Human Behaviour* 2010;26:1237-45).

Esiste, infine, il rischio biologico. Quello possibile, ma talmente severo da richiedere certamente una politica di precauzione (cancerogenicità e disturbi riproduttivi, di cui si è già detto in *Medico e Bambino* 2011, Editoriale, pag. 347). E quello certo: esiste una forte correlazione tra l'immobilizzazione davanti allo schermo in ambienti chiusi, la precoce insorgenza di sovrappeso e obesità nei bambini e la comparsa di disturbi alla colonna. L'eccessiva esposizione allo schermo determina inoltre problemi di vista (*Computer vision syndrome*). L'utilizzo eccessivo delle cuffie con musica ad alto volume determina problemi di udito. Probabilmente questi rischi sono oggi più diffusamente noti di quanto siano le implicazioni per la salute mentale e per la vita relazionale, anche perché siamo "dentro la corrente" e non ancora in grado di conoscere tutti gli esiti a valle.

Che fare, allora? Se è evidente che le tecnologie digitali e la

rete rappresentano delle grandi opportunità di comunicazione, informazione, apprendimento e svago, esiste il bisogno di una maggior informazione e consapevolezza della popolazione, soprattutto delle sue fasce più vulnerabili, bambini e adolescenti, e dei loro genitori e insegnanti.

Per cominciare, visto che questa è una rivista per pediatri, dovremmo dire che la "dieta mediatica", prendendo a prestito la terminologia utilizzata da Qualizza, va probabilmente agguistata fin da piccoli, evitando ad esempio il cellulare a 7 anni o l'iscrizione clandestina a Facebook a 9 (non sono, come sapete, eccezioni), indirizzando bambini e ragazzi a un utilizzo consapevole, prima da parte dei genitori e poi, nei tempi e negli spazi della scuola, con la guida degli insegnanti, andando a discutere le varie implicazioni della rivoluzione digitale, e a proporre l'utilizzo più consapevole, sia dal punto di vista dell'autonomia tecnica che di quella personale. La rete sta cambiando il mondo e la vita quotidiana più di ogni altra nella storia dell'uomo. Perché dunque non discuterne con i ragazzi come argomento importante nelle sue diverse sfaccettature? Anche quelle antropologiche e filosofiche? Emanuele Severino ha scritto recentemente che ormai il vero padrone del mondo non sono né le banche né le grandi potenze né le grandi multinazionali, ma una corrente che tutto muove e che si chiama tecnologia (*Capitalismo senza futuro*, Rizzoli, 2012). Non è un anatema, è una constatazione.

Visto che dunque siamo in un'epoca che sta modificando l'uomo più di ogni altra, con grande rapidità, e che i nostri figli e nipoti sono proprio lì dove la corrente è più vorticoso, mentre noi osserviamo quanto accade per lo più dalla riva,

forse è utile rendersi conto di dove questa corrente porta, non solo per evitare guai maggiori ad alcuni, ma per consentire a tutti di restare alla guida del timone piuttosto che alla deriva senza bussola.

Un esempio può venire dalla Regione Friuli Venezia Giulia che, tramite l'Ufficio del Garante per i Minori e l'Assessorato all'Istruzione, con il supporto tecnico-scientifico del Centro per la Salute del Bambino, ha lanciato una campagna, con protagonisti ragazzi, famiglie ma soprattutto la scuola, su "Responsabile e corretto utilizzo delle tecnologie digitali" il cui motto è "usale non farti usare" (www.csbonlus.org e www.regione.fvg.it). La campagna peraltro si inserisce in un programma di "scuola digitale", volto a un utilizzo competente della rete e delle enormi opportunità che offre.

E in questi giorni parte un'altra iniziativa per un utilizzo "buono" della rete: il 10 dicembre è partita *Radio Magica*, il primo portale italiano dedicato ai "nativi digitali", pensato come ambiente di intrattenimento per il loro tempo libero, ma anche come fonte di crescita umana, sociale e culturale. *Radio Magica* comprende una web radio, con programmi di narrativa, musica, arte, scienze ecc. realizzati per (e con) i bambini, di ogni età, e una biblioteca *on line* degli stessi materiali scaricabili in ogni momento e, soprattutto, accessibili a bambini portatori di bisogni speciali, tramite il ricorso al linguaggio dei segni, font per i dislessici e gli ipovedenti e il linguaggio dei simboli (www.radiomagica.org).

Vedremo cosa queste esperienze ci diranno.

Giorgio Tamburlini

CASI INDIMENTICABILI IN PEDIATRIA AMBULATORIALE

Vicenza, Vergilius Hotel - venerdì 1 febbraio 2013

8.00 **Prima sessione** (15 casi)
Moderatori: M. Bellettato, A. Ventura

11.00 *Coffee break*

11.30 **Seconda sessione** (15 casi)
Moderatori: G. Longo, G. Maggiore

13.00 *Colazione di lavoro*

14.00 **Terza sessione** (15 casi)
Moderatori: M. Rabusin, A. Lambertini

16.30 *Coffee break*

17.00 **I casi ambulatoriali visti dagli specialisti**
Moderatori: F. Fusco, D. Sambugaro

- di Nefrourologia (M. Pennesi)
- di Epatologia e Gastroenterologia (G. Maggiore)
- di Reumatologia (A. Taddio)
- di Pediatria d'Urgenza (E. Barbi)
- di Dermatologia (I. Berti)
- di Chirurgia Pediatrica (J. Schleeff)

19.00 *Fine dei lavori*



AL CONGRESSO SONO STATI ASSEGNATI 4,5 CREDITI FORMATIVI ECM

COMITATO SCIENTIFICO

Fabrizio Fusco, Isabella Giuseppin, Giorgio Longo,
Daniela Sambugaro, Alessandro Ventura



PROVIDER e SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Quickline Traduzioni&Congressi

via S. Caterina da Siena, 3 - 34122 TRIESTE

Tel. 040 773737 Fax 040 7606590 Cell. 335 7773507

e-mail: casi@quickline.it www.quickline.it