

Un limite allo smartphone «Crea dipendenza ma farne a meno diventerà uno status symbol»

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

QV

MARTEDÌ — 19 DICEMBRE 2023 — IL GIORNO

3..

I video, gli articoli, le foto e i commenti sul sito web del nostro quotidiano



Inquadra con il tuo cellulare il Qr code che trovi qui di fianco

225 alunni con disturbi dell'apprendimento (Dsa) valutati

51 non hanno né difetti visivi né disturbi oculo-motori

147 hanno difetti visivi e tra questi **92** non hanno alcun tipo di correzione

132 hanno alterazioni oculo-motorie

WithHub



Il disagio psicologico tra i giovanissimi è esploso dopo la pandemia con un boom di emergenze

milioni di euro per il prossimo triennio - spiega l'assessora regionale Tironi -. Questa sperimentazione è un'azione concreta: saranno presenti dei professionisti, in spazi dedicati all'interno delle scuole, per aiutare i ragazzi nei momenti difficili, come ad esempio un disagio psicologico o problemi legati al bullismo, ma anche nella scelta di un percorso scolastico». Il progetto prevede

anche iniziative di sensibilizzazione e formazione del personale, dei genitori e degli stessi studenti.

La prevenzione del disagio giovanile, sottolinea Bertolaso, è uno dei target del piano sociosanitario regionale per i prossimi cinque anni, e si compone, aggiunge la collega Lucchini, di altre azioni già intraprese dalla Regione come i protocolli con le Prefetture per contrastare dipendenze, bullismo e cyberbullismo o la «rinovata misura "Up" che prevede voucher per adolescenti e pre-adolescenti nei territori delle 8 Ats lombarde e intende intercettare il disagio dei più giovani offrendo anche un sostegno ai genitori».

Giulia Bonezzi

L'ASSESSORE BERTOLASO
«Nei grandi pronto soccorso anche 4 o 5 casi al giorno: è impressionante»

Sotto la lente l'impatto degli smartphone sui bambini e sugli adolescenti



Un limite allo smartphone «Crea dipendenza ma farne a meno diventerà uno status symbol»

Juan Carlos De Martin, professore di Informatica: «Il suo uso va regolamentato» Troppi effetti collaterali, in classe è meglio evitarlo e servono patti digitali

MILANO

«È una macchina progettata per creare dipendenza. Ci attrae, la maggior parte delle persone non può più farne a meno, anche se i suoi effetti sono evidenti. Abolirla? Impossibile, ma si può regolamentare». Juan Carlos De Martin, professore di Informatica del Politecnico di Torino, è autore di «Controllo lo smartphone. Per una tecnologia più democratica».

L'ultimo screening milanese, ci dice che due alunni su tre hanno problemi alla vista. Colpa anche dello smartphone?

«Sicuramente un uso eccessivo ha conseguenze sia fisiche che psicologiche. Tra le prime penso ai problemi ortopedici al braccio, alla spalla e al collo, che hanno cominciato a palesarsi con il "telefonino" tradizionale, che alcuni continuano a chiamare così anche se adesso ha tutt'altro peso. Ma anche alla vista. In media si passano dalle 4 alle 5 ore su questo schermo. E quando viene visto di notte la luce blu prodotta può avere impatto sulla vista e sul ritmo del sonno: il corpo reagisce come fosse giorno, è fortissimamente sconsigliato usarlo verso sera».

E i danni psicologici?

«La letteratura inizia a essere sterminata e gli effetti peggiori si riscontrano soprattutto tra gli adolescenti. Da quando gli smartphone hanno iniziato a diffondersi, a partire dal 2012, si

notano tutta una serie di fenomeni, dall'aumento della depressione alla diminuzione del rendimento scolastico». **Sono aumentati anche i disturbi dell'apprendimento.** «Sono macchine per la distrazione. Tre quarti del tempo che utilizziamo con lo smartphone vengono impiegati sui social media. Con effetti anche sull'autoestima. Tutti in mostra, si indebolisce la sicurezza di sé».



Juan Carlos De Martin
Professore di Informatica Politecnico di Torino

Che fare?

«Sicuramente deve arrivare nelle mani dei bambini il più tardi possibile, idealmente non prima della seconda media e se possibile anche dopo. Progressivamente bisogna limitarne l'uso o escluderlo nelle scuole, dove si somma il rischio di cyberbullismo. A Milano sono nati i "Patti digitali", un progetto del professore Marco Gui della Bicocca, che sta avendo successo in tutta Italia. Un ottimo strumento per dare elementi scientifici a famiglie, studenti e docenti».

C'è però una spinta opposta: digitalizzazione della scuola.

«Tema sollevato 40 anni fa, all'avvento del pc. Ricordo un ar-

ticolo su Forbes di un giornalista esperto di tecnologia: "Se non stiamo attenti finirà che nelle scuole dei poveri ci saranno schermi e mouse e nelle scuole dei ricchi docenti in carne ed ossa". La tecnologia, se usata correttamente, può essere d'aiuto a docenti e studenti, non è certo salvifica».

Lo dice da informatico.

«Su questo tema è fondamentale il contributo delle diverse discipline: sociologi, informatici, psicologi. Si è spesso pensato che l'introduzione della tecnologia avrebbe consentito di fare balzi in avanti nell'apprendimento, ma, sistematicamente, non è stato mai provato. L'istruzione continua a essere interpersonale, bisognerebbe investire in docenti pagati bene, in biblioteche a scuola, mentre si preferisce investire in tecnologia che, tra l'altro, non produciamo noi».

Negli Usa sono nati i "Luddite Club", gruppi di giovani che rinunciano allo smartphone.

«Sta diventando uno status symbol poterne fare e meno. Ma per la maggior parte delle persone è indispensabile».

La soluzione?

«Regolamentarne l'uso, come in Francia. Evitare di mandare posta elettronica nel weekend è un modo per dire che non tutto il tempo è lavoro».

Il diritto alla disconnessione.

«Sì. Serve un intervento legislativo anche qui. E alla scuola servono linee guida».

Simona Ballatore