

Abuso dei dispositivi digitali tra i minori, l’esperta: “Dall’obesità ai disturbi del sonno, ecco tutti i rischi”

Descrizione

Della dottoressa Angela Lombardini, Pediatra di Famiglia. Segretaria Provinciale Fimp Firenze e Vice segretaria Regionale Fimp Toscana

I rischi/benefici derivanti dall’utilizzo dei dispositivi digitali dipendono dall’età, dal modo e dal tempo di utilizzo e dalla qualità delle applicazioni.

Se vengono usati in modo corretto e, a seconda dell’età, in condivisione con i genitori possono rappresentare uno strumento utile per potenziare la coordinazione visumotoria, le capacità attentive e le abilità linguistiche. Questi benefici sono molto limitati nei bambini sotto i 2 anni per i quali sono molto più importanti le interazioni sociali con i genitori e con l’ambiente circostante e rappresentano anche un’opportunità per individui con disturbo dell’apprendimento.

Purtroppo, i fenomeni di abuso degli strumenti digitali e la dipendenza da internet oramai sono molto diffusi con il risultato che bambini e adolescenti tendono ad isolarsi dall’ambiente che li circonda con la conseguente riduzione del tempo dedicato alle relazioni sociali, allo studio e all’attività motoria.

L’eccessivo utilizzo di questi strumenti comporta notevoli rischi a vari livelli.

Obesità

Aumento della sedentarietà

Esposizione a messaggi pubblicitari per alimenti e bevande non salutari (marketing alimentare)

Disturbi del sonno e dell’umore

L’abuso di device comporta spesso un’ alterazione del ritmo sonno-veglia come un allungamento del tempo necessario all’addormentamento, riduzione della durata del sonno e aumento del numero dei risvegli con ripercussioni sul rendimento scolastico

Si può assistere anche ad un effetto sull’umore determinando Ipereccitazione e irritabilità.

Disturbi della vista

Instabilità del film oculare con sensazione di occhio secco con disturbo della visione.

Disturbi dell’udito

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze

Negli ultimi anni è aumentato sensibilmente il numero di giovani con problemi uditivi soprattutto di una ipoacusia definita da rumore legata all'uso degli strumenti digitali.

Dipendenza dai dispositivi

L'utilizzo sempre più precoce dei dispositivi tecnologici da parte dei bambini, soprattutto quando non condivisi con i genitori ,pone le basi, per instaurare sin dai primi anni di vita una condizione di dipendenza dagli strumenti elettronici che può interferire con le attività quotidiane.

Sovraccarico Cognitivo

Si intende una quantità di stimoli e informazioni eccessivi rispetto a quello che può recepire la memoria a breve termine con la possibilità di creare una disfunzione che impedisce il trasferimento dei dati alla memoria a lungo termine e questo può determinare: aumento dei rischio di disturbi dell'apprendimento e della memoria, disturbi dell'attenzione e della concentrazione.

Da non sottovalutare i potenziali rischi come ad esempio il Cyberbullismo e l'adescamento on line.

CATEGORY

1. Attualità

Categoria

1. Attualità

Data di creazione
23/12/2025
Autore
redazione-toscana-medica
Campi meta
Nome E Cognome Autore 1 : Angela Lombardini
Views : 802

Ordine Provinciale dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri Via G.C. Vanini, 15 – 50129 Firenze Tel. 055 496522 Fax 055 481045 email protocollo@omceofi.it. Copyright by Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Firenze