

L'OCCHIO clinico



Social e minori: «È una crisi sanitaria come quella del fumo»

di **Maria Rita Montebelli**

Per anni gli occhi di tutti sono stati puntati sul tabacco. Oggi sullo schermo degli smartphone. L'uso incontrollato dei social media da parte di bambini e degli adolescenti rappresenta una vera emergenza sanitaria pubblica, paragonabile ai danni provocati dal fumo. E a lanciare l'allarme questa volta è la più autorevole organizzazione medica britannica, l'Academy of Medical Royal Colleges. Nel documento inviato al governo inglese durante la consultazione sulle possibili restrizioni ai social per gli under 16, Jeanette Dickson, direttrice dell'ente britannico, usa parole durissime: i danni causati dall'esposizione continua a schermi, piattaforme e contenuti online sarebbero ormai sotto gli occhi di tutti. «La professione medica si è già trovata davanti a situazioni simili - ha dichiarato Dickson - Accadde con le sigarette e con le cinture di sicurezza: per anni si esitò ad agire mentre le prove del danno erano evidenti. Oggi si rischia di ripetere lo stesso errore con i social media». Dopo la pandemia di Covid, con lockdown e didattica a distanza, milioni di ragazzi trascorrono sempre più tempo online. Una dipendenza tecnologica che non si è più risolta. Risultato: casi di ansia, insonnia, isolamento sociale, disturbi dell'attenzione, autolesionismo, depressione, legati a un rapporto malsano con i social. E c'è di più. Secondo Becky Foljambe, fondatrice del gruppo Health Professionals for Safer Screens, gli effetti dei social possono essere più rapidi e devastanti di quelli del tabacco. «Un ragazzo può vedere

un video traumatico che non riuscirà più a dimenticare. Oppure, decide di imitare una sfida estrema online e perde la vita in pochi minuti - ha spiegato -. Le piattaforme tecnologiche, come un tempo l'industria del tabacco, continuano a nascondersi dietro la richiesta di prove definitive, mentre i danni reali vengono osservati ogni giorno dai medici». Il governo britannico sta dunque valutando misure drastiche, come l'ipotesi di vietare l'accesso ai social agli under 16, l'innalzamento dell'età del consenso digitale e regole più severe sull'uso dei cellulari nelle scuole. La ministra della tecnologia Liz Kendall ha assicurato alla BBC che una decisione arriverà entro l'anno: «la domanda non è se interverremo, ma quando». E intanto l'Academy of Medical Royal Colleges chiede nuove linee guida per aiutare pediatri e specialisti a riconoscere i segnali di dipendenza digitale nei giovani pazienti. L'obiettivo è inserire l'uso dei social tra gli elementi da valutare abitualmente durante le visite mediche, esattamente come si fa con alimentazione, sonno o consumo di sostanze. E altre nazioni stanno affrontando questa emergenza. A fine 2025 l'Australia è stato il primo Paese al mondo a introdurre un divieto dei social media per i minori. Misure simili sono allo studio anche in Francia, Danimarca, Grecia



Peso: 19%

e Nuova Zelanda. Qualche settimana fa, una giuria americana ha stabilito che alcune funzionalità deliberatamente 'addictive' delle piattaforme di Meta e Google hanno danneggiato la salute mentale dei più giovani. Ma allora, i social sono semplici strumenti o prodotti progettati per creare dipendenza? Per molti medici la risposta è chiara e cresce il timore che la società stia sottovalutando un rischio enorme,

proprio come accadde con le sigarette nel secolo scorso. Ma questa volta i più esposti sono bambini e ragazzi. E la loro salute mentale.



Peso:19%