

Conquiste del Lavoro

Quotidiano di informazione socio economica

Anno 76 - N. 96 | SABATO 18 MAGGIO 2024

Direttore Responsabile: Mauro Fabi. Proprietario ed Editore: Conquiste del Lavoro Società Cooperativa aR.L. Sede legale: Via Nicotera, 29 - 00195 Roma - C.F./Reg. Imprese Roma: 05558260583 - P.Iva: 1413871003 - REA: RM 495248 - Albo Cooperative: C137557 Telefono 06385098 - Rappresentante legale: Duccio Trombadori. Direzione e Redazione: Via Po, 22 - 00198 Roma - Tel. 068473430. Amministrazione - Uff. Pubblicità - Uff. Abbonamenti: Via Po, 22 - 00198 Roma - Telefoni 068473269/270 - 068546742/3, Fax 068415365. Email: conquiste@cqdl.it Registrazione Tribunale di Roma n. 569 / 20.12.48 - Modalità di pagamento: Prezzo di copertina Euro 0,60. Abbonamenti: annuale standard Euro 103,30; cumulativi Euro 65,00. C.C. Postale n. 51692002 intestato a: Conquiste del Lavoro, Via Po, 22 - 00198 Roma C.C. Bancario Intesa Sanpaolo S.p.A. - Filiale 00291 - Roma 29 - IBAN IT630306905048100000014274 intestato a: Conquiste del Lavoro, Via Po, 22 - 00198 Roma - Pagamento on-line disponibile su Internet all'indirizzo www.conquiste.lavoro.it. Adempimento degli obblighi di trasparenza e di pubblicità. Legge 4 agosto 2017, n. 124 - art. 1, commi 125-129 - In ottemperanza alla L. 4 agosto 2017 n. 124 - art. 1, commi 125/129 ai fini della trasparenza e pubblicità la pubblicazione delle informazioni relative a sovvenzioni, contributi, incarichi retribuiti e comunque a vantaggi economici di qualunque genere superiori a € 10.000,00, ricevuti annualmente da Pubbliche Amministrazioni e da altri soggetti anche societari in controllo pubblico. - Contributi alle imprese editrici di quotidiani e periodici erogati dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per l'informazione e l'editoria incassati nel 2022: Euro 791.311,54. Indicazione resa ai sensi dell'allegato 1 del comma 2 dell'articolo 5 del Decreto Legislativo 15 maggio 2017, n. 70.

ISSN 0010-6348



L'impatto dei social media sulla salute mentale dei giovani: tra dipendenza e dubbi

La questione del ruolo dei social media nella salute mentale dei giovani è complessa e in continua evoluzione. Gli studi finora condotti non hanno ancora raggiunto un consenso definitivo. Alcune ricerche suggeriscono un impatto negativo sull'attenzione selettiva, la concentrazione, il pensiero critico, la creatività e altri processi cognitivi. Al contrario, altri studi suggeriscono che l'uso dei social possa favorire lo sviluppo di nuove abilità cognitive e sensoriali attraverso la formazione di nuove connessioni neurali. La ricerca continua a esplorare questi effetti contrastanti per

comprendere appieno l'impatto dei social media sulla salute mentale dei giovani. Negli ultimi dieci anni, i tassi di malattie mentali tra gli adolescenti, come ansia e depressione, sono aumentati in modo significativo. Ciò è evidente anche dai dati relativi alle visite al pronto soccorso per autolesionismo e al tasso di suicidio, che hanno registrato aumenti preoccupanti, sia tra le ragazze che tra i ragazzi. Questa tendenza si osserva anche in diversi paesi europei. Secondo lo psicologo Jonathan Haidt, la crisi di salute mentale è alimentata dall'ampia diffusione degli smartphone, dei social me-

dia e dei giochi online, creando dipendenza. La sua recente pubblicazione lo definisce addirittura "il Grande riciclaggio dell'infanzia". Tuttavia, rimane incerto quali fattori, tra contenuto, durata e frequenza d'uso, siano più determinanti. La mancanza di consenso sulla regolamentazione e il focus della ricerca sui giovani rendono la comprensione del fenomeno ancora parziale. È necessario ampliare la ricerca per valutare l'impatto di un'infanzia sempre più orientata verso gli smartphone sullo sviluppo cognitivo dei bambini. Un progetto "Smart Schools" dell'Università di Birmin-

gham sta confrontando gli effetti sulla salute mentale e fisica dei bambini che frequentano scuole con politiche di limitazione dell'uso del cellulare rispetto a quelli che frequentano scuole senza tali restrizioni. Coinvolgendo 30 scuole e oltre 1.000 studenti. Nel frattempo, è in attesa di risultati, i bambini vivono in un mondo digitale senza restrizioni, poiché le piattaforme social non sono state progettate pensando a loro, sollevando dubbi sull'effetto dell'uso eccessivo dei social sullo sviluppo cerebrale. L'uso eccessivo dei social media può sovra stimolare il centro di ricompensa del cervello,

portando a comportamenti simili alla dipendenza. Durante l'adolescenza, periodo sensibile dello sviluppo cerebrale, l'uso frequente dei social può influenzare negativamente funzioni cruciali come l'apprendimento emotivo, il controllo degli impulsi e la regolazione emotiva. Inoltre, vi è una correlazione tra l'uso dei social e la scarsa qualità del sonno, il quale è fondamentale per il benessere cognitivo e emotivo. La mancanza di sonno può contribuire al deterioramento cognitivo e aumentare il rischio di autolesionismo e suicidio, specialmente tra i giovani geneticamente vulnerabili.

Giovanni Ianni