

# Il bilancio di salute digitale

**Paolo Siani**

Direttore Struttura complessa di Pediatria,  
Ospedale Santobono, Napoli.  
Già Vicepresidente Commissione bicamerale  
infanzia e adolescenza

*Bullismo e cyberbullismo rappresentano una piaga sociale, ma non è in cima ai pensieri della politica, che è come se non vedesse l'elevato e sempre crescente numero di vittime, specie adolescenti, dovute a questo fenomeno, che la pandemia ha reso ancora più evidente e drammatico.*

*Quando si registra il caso eclatante se ne parla, ma il fenomeno ha una quota enorme di vittime "silenziose" che subiscono senza avere il coraggio e la forza di denunciare. Me ne sono occupato in Commissione bicamerale infanzia e adolescenza nel 2019 con una ricca e aggiornata indagine conoscitiva (<https://www.senato.it/service/PDF/PDFServer/BGT/II45759.pdf>).*

*L'attività conoscitiva della Commissione è stata avviata, il 7 febbraio 2019, con l'audizione della Garante nazionale dell'infanzia e dell'adolescenza, poi degli esperti in pediatria, psicologia e psichiatria, magistrati ed esperti in materie giuridiche, degli operatori di rete e delle piattaforme, dei rappresentanti di Save the Children e di Telefono azzurro, del Movimento italiano genitori (MOIGE), dell'UNICEF. Possono essere lette tutte le audizioni al link <https://www.senato.it/leg/I8/BGT/Schede/docnonleg/39326.htm>.*

*L'Italia ha una legge molto avanzata (n. 71 del 2017), la cui ratio è che l'approccio corretto al fenomeno non può che essere quello educativo, formativo e di prevenzione.*

*E alle stesse conclusioni era giunta l'indagine conoscitiva, sottolineando però che non può essere soltanto la scuola a occuparsi del fenomeno ma anche le famiglie.*

*Per questo motivo è stata avviata una collaborazione tra la Società Italiana di Pediatria (SIP), la Federazione Italiana Medici Pediatri (FIMP), l'Associazione Culturale Pediatri (ACP), META (la società che gestisce Facebook e Instagram) e la Fondazione Carolina che raccoglie il messaggio di Carolina, una ragazza che non c'è più, e che offre supporto alle famiglie e a tutta la comunità perché anche la dimensione digitale delle relazioni deve ritrovare una sana autenticità.*

*Le società scientifiche di pediatria hanno nominato un comitato scientifico ed è stato preparato un bilancio di salute digitale per fornire ai genitori strumenti utili per tutelare la loro presenza online e quella dei loro figli.*

*Viene introdotto così nell'ambito dei normali bilanci di salute anche il **bilancio di salute digitale** che consiste nel rispondere, in forma assolutamente anonima, a un veloce quiz (diverso per le fasce di età: 0-2 anni; 3-5; 6-10; 11-15) per scoprire quanto i genitori conoscono le abitudini online dei ragazzi; vengono anche forniti gli strumenti per tutelarli dai rischi di un uso improprio della rete e indicati i comportamenti a cui prestare attenzione.*

*Infine, la cosa molto importante è che, al termine del quiz, si potrà vedere il grado di conoscenza del genitore sull'uso dei social e, contemporaneamente, accedere al materiale informativo gratuito sul tema, utile anche a un confronto con il pediatra.*

*Si tratta in sostanza di un vero bilancio di salute e guida anticipatoria [Box 1].*

## Box 1

Ecco alcune delle domande:

- Può succedere che suo/a figlio/a utilizzi il suo device da solo/a?
- Le succede mai di delegare ai device l'intrattenimento di suo/a figlio/a?
- Le capita di utilizzare i device per fare addormentare suo/a figlio/a?
- Le succede di usare lo smartphone (es. chattare/leggere/guardare video/lavorare online) mentre allatta/dà da mangiare a suo/a figlio/a?
- Conosce l'età al di sotto della quale è fortemente sconsigliato l'utilizzo dei device?
- Conosce il numero massimo di ore consigliato per l'utilizzo dei device digitali da parte dei bambini?
- Saprebbe riconoscere le manifestazioni dell'Internet Addiction Disorder (IAD: malessere dovuto a dipendenza da internet)?
- Conosce il significato del termine phubbing?
- Controlla la classificazione PEGI (classificazione dei videogiochi per fasce d'età) nei videogame che utilizza suo/a figlio/a?
- Controlla l'età adatta di visione dei video visualizzati da suo/a figlio/a online?
- Pensa che potrebbe essere utile un supporto nella gestione del rapporto dei suoi figli con il digitale?

<https://www.minorionline.com/connessioni-delicate/>

*Si è conclusa la fase pilota del progetto che è servita per testare le domande e verificare il grado di conoscenza dei genitori sul fenomeno. Sono stati coinvolti circa 800 pediatri che hanno sottoposto i questionari (tempo di compilazione circa 3 minuti) in forma anonima ai genitori che si recavano in ambulatorio per i consueti bilanci di salute.*

*Dai questionari raccolti sono venuti fuori i seguenti risultati: il 26% dei genitori permette che i propri figli utilizzino i device in autonomia tra 0 e 2 anni, percentuale che sale al 62% per la fascia 3-5 anni, all'82% nella fascia 6-10 anni e al 95% tra gli 11 e i 15 anni.*

*Inoltre una famiglia su quattro nella fascia 0-2 anni e una su cinque in quella 3-5 anni si affida all'intelligenza artificiale per far addormentare i propri figli, con ninne nanna prodotte dagli assistenti vocali.*

*Già in uno statement pubblicato nel 2018 sulla rivista Italian Journal of Pediatrics, la Società Italiana di Pediatria aveva messo in luce i rischi per la salute psicofisica di un uso precoce, prolungato e non mediato dagli adulti dei media device nei bambini da 0 a 8 anni. Erano state rilevate interferenze negative sul sonno, sulla vista, sull'apparato muscolo-scheletrico, sull'apprendimento e persino sullo sviluppo cognitivo. Da qui la raccomandazione di evitare smartphone e tablet prima dei due anni, limitare l'uso a massimo un'ora al giorno tra 2 e 5 anni e al massimo a due per quelli di età compresa tra 5 e 8 anni.*

*Pertanto è necessario informare precocemente le famiglie sui rischi di un uso improprio dei social e lo studio che rientra nel progetto "Connessioni delicate" ha proprio l'obiettivo di sensibilizzare i genitori rispetto all'utilizzo dei dispositivi digitali dei bambini e di promuovere buone pratiche grazie alla guida attenta dei pediatri.*

*È necessario e urgente investire di più in prevenzione, attuare in pieno la legge 71 del 2017 e coinvolgere le famiglie, oltre che la scuola, per una conoscenza profonda del fenomeno per poterlo contrastare efficacemente. ■*

