

## IL TEMPO

### Internet mania, è ora di S-connettersi

#### **L'iniziativa: promuovere un'ora al giorno di black out da smartphone, pc e tablet**

“Sono rimasto per qualche ora senza connessione internet e ho conosciuto delle persone stupende qui a casa, dicono di essere la mia famiglia”. Dalla fantastica vignetta in giro per i social alla realtà non virtuale, il passo è breve. E allora S-connettiamoci e torniamo a guardarci negli occhi. Un auspicio, oggi, tanto quanto una necessità. Facciamolo il 22 febbraio di ogni anno. E ripetiamo il gesto tutti i giorni anche per un'ora soltanto, sollevando lo sguardo del display dello smartphone, dallo schermo del pc o da quello del tablet e via discorrendo.

Parte direttamente dalla sede del Ministero della Salute, la proposta di lanciare l'istituzione della Prima Giornata Mondiale della S-connessione, promuovendo una campagna social apposita tramite l'hashtag #Sconnessi Day e la pagina facebook dedicata. Un'iniziativa scaturita dalla sinergia tra Consulcesi Club, network da oltre 20 anni in prima linea nella formazione dei medici italiani, e gli attori e il regista di “Sconnessi”, Christian Marazziti. Obiettivo: sensibilizzare genitori, insegnanti e medici sui pericoli per la salute legati ad un uso smodato di web e smartphone. Specialmente per i camici bianchi, infatti, sorge l'opportunità di capire quando l'uso di internet, soprattutto nei più giovani, stia assumendo risvolti patologici: un fenomeno che non ha ancora un'ampia letteratura scientifica, e che implica dunque un continuo e costante aggiornamento. “La nomofobia, la paura di essere sconnessi dallo smartphone, è una malattia che può portare dipendenza, come il fumo”, ha spiegato Massimo Tortorella, presidente del gruppo Consulcesi, nell'incontro di ieri a lungotevere Ripa, moderato dall'ex miss Italia Tania Zampato – Una malattia che si può curare, sconfiggendo l'iperconnessione: un modo, secondo noi, sbagliato anche di crescere i nostri figli. Serve un segnale: disconnettiamoci per almeno un'ora al giorno – proponiamo dalle 20.30 alle 121.30 – e riconnettiamoci con la realtà e fra di noi”. Assente il Ministro della Salute Beatrice Lorenzin perché “in visita per ospedali a Torino”, fa sapere in un videomessaggio. In cui precisa “Tutto ciò che non vorremmo è che per la dipendenza da smartphone si finisse poi in ospedale. Non è il mezzo tecnologico in sé a creare problemi, ma come viene usato. E non c'è niente che possa sostituire la relazione umana: così si sconfigge la solitudine, non con il telefonino”. “Quella dei nostri figli è l'unica generazione che non ha fatto l'esperienza della solitudine” ha rimarcato David Martinelli, psichiatra del centro Pediatrico Interdipartimentale Psicopatologia del Web presso la Fondazione Policlinico Gemelli di Roma e responsabile scientifico del corso di formazione per il personale sanitario “Internet e adolescenti: I.A.D. e cyberbullismo”. “Internet - ha aggiunto Martinelli - spesso ci chiude in uno spazio alienandoci dall'esperienza reale”. A dare il polso della situazione ci ha pensato il regista del film “Sconnessi” – da ieri in 300 sale in tutta Italia – Christian Marazziti: “Dovevo dare un titolo al film. Ho avuto un déjà vù: ho pensato alla marea di messaggi arrivati dagli amici per il mio compleanno sul telefono. E ho pensato a cosa sarebbe accaduto se mentre stessi per rispondere si fosse bloccato tutto: è venuto fuori “Sconnessi”. E assieme al cast del film abbiamo voluto lanciare l'iniziativa #SconnessiDay, per sollecitare medici ed educatori ad affrontare questo legame patologico tra iperconnessione e alienazione”.