

Alcuni spunti sullo scenario generale

In Italia, secondo i dati Istat 2024, **circa il 94% dei ragazzi tra 11 e 17 anni utilizza Internet** quotidianamente; tra i 6 e i 10 anni, la percentuale scende al 70%.

Sempre più bambini sotto i 6 anni hanno accesso a smartphone e tablet: il Rapporto “EU Kids Online” stima che **1 bambino su 3 tra i 3 e i 5 anni usi un dispositivo digitale** ogni giorno. Secondo la Società Italiana di Pediatria, oltre il 40% dei bambini sotto i 2 anni viene esposto a schermi (TV, tablet, smartphone) nonostante le raccomandazioni contrarie.

L’OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) raccomanda infatti **che i bambini sotto i due anni non stiano mai davanti agli schermi**. Al massimo un’ora al giorno tra i 2 e i 5 anni. Meglio favorire il gioco fisico, la lettura ad alta voce, la relazione umana.

Tra gli effetti documentati dell’uso precoce degli schermi ci sono i ritardi nel linguaggio, la riduzione dell’attenzione e difficoltà di regolazione emotiva, i disturbi del sonno, la compromissione dello sviluppo motorio e relazionale, l’incremento di sintomi ansiosi e depressivi negli adolescenti. La dipendenza dalle notifiche dei social media può ridurre la capacità di concentrazione a lungo termine/CC