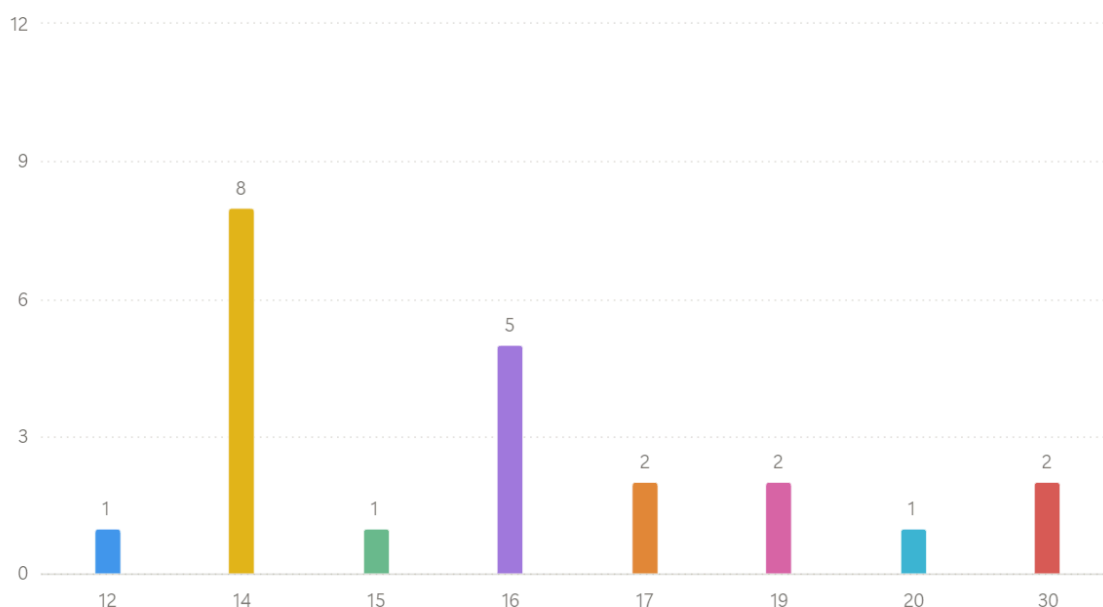


Dentro e fuori gli schermi

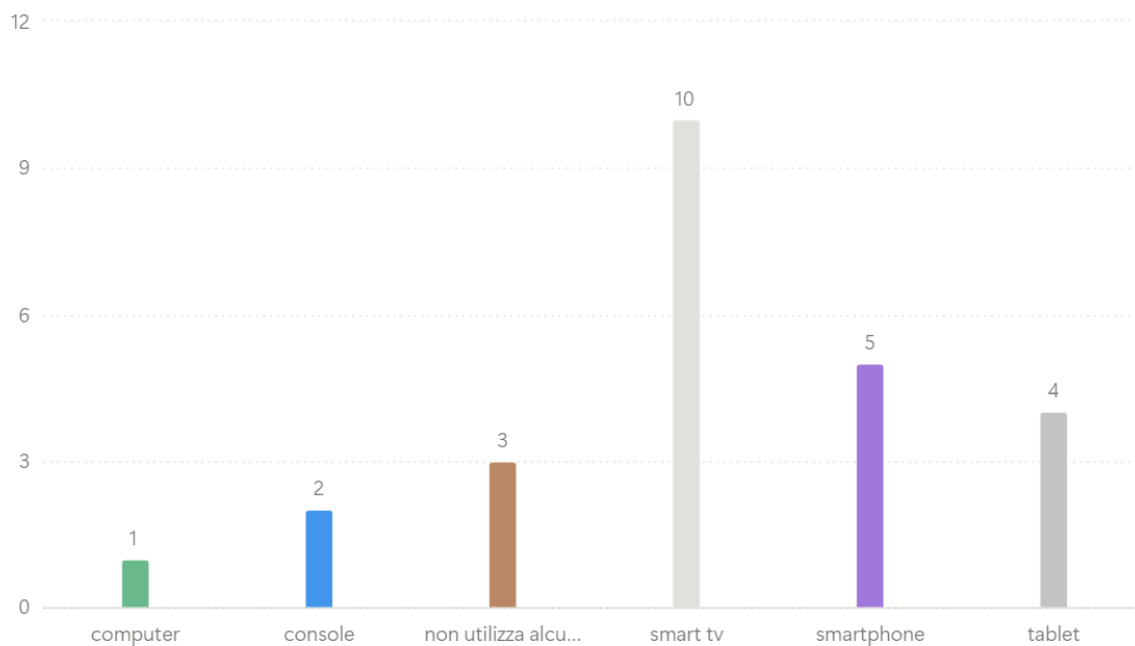
L'incontro si è svolto presso la scuola dell'infanzia con la partecipazione di circa trenta genitori. La serata è iniziata con la compilazione di alcuni questionari da parte dei genitori, riguardanti sia i loro figli che altre informazioni rilevanti.

Ad esempio, la prima domanda era: "A che età hai avuto il tuo primo telefono cellulare?"

Questa domanda è rivolta ai genitori per comprendere a quale età noi adulti abbiamo avuto questi dispositivi, confrontandola con l'età in cui li hanno i nostri figli oggi. Va considerato, inoltre, che si tratta di dispositivi già connessi a internet.



Il grafico seguente mostra come i dispositivi digitali siano ormai parte integrante della nostra vita quotidiana. Quando si chiede quali dispositivi utilizzano i figli, emerge chiaramente come alcuni di questi - come Smart TV, smartphone e tablet - siano presenti nella loro routine giornaliera, anche quando non sono di loro diretta proprietà.



Ma in che misura questa tecnologia influisce sulla nostra vita quotidiana e sul nostro ruolo educativo? Abbiamo riflettuto su alcuni comportamenti che possiamo osservare, sia in noi stessi che negli altri, riguardo all'uso e all'approccio al digitale.





IL CONTESTO – LA RICERCA

attività professionale

fimp Federazione Italiana Medici Pediatrici

ilmedicopediatra 2023;32(1):11-22.
doi: 10.36179/2611-5212-2023-3

La tecnologia digitale in Pediatria ovvero come promuoverne un uso giudizioso nei bambini

Giovanni Cerimoniale¹, Emanuela Malorgio¹, Flavia Ceschin², Giovanni Vitali Rosati¹, Paolo Becherucci¹, G Ragni¹, Grazia Minardo¹, Paolo Brambilla¹, Silvia Gambotto¹, Gaetano Bottaro², Pier Luigi Tucci²

¹ Consiglio Direttivo Nazionale SICuPP; ² Pediatri di Famiglia soci SICuPP

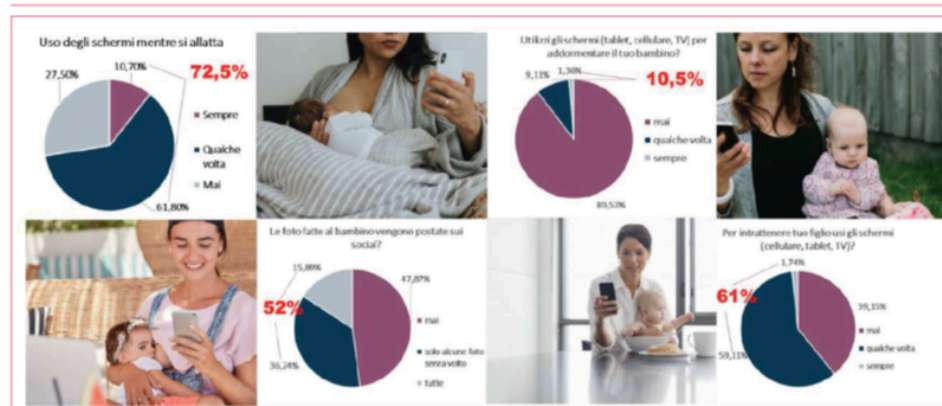
IL CONTESTO – LA RICERCA

la vita delle persone, ostacola il benessere e causa il cosiddetto "stress sociale". Lo smartphone è diventato strumento di isolamento e solitudine. Utilizzare il cellulare o gli schermi in generale, soprattutto in contesti di condivisione dei rapporti interpersonali (ad es. pranzare con la propria famiglia), influisce negativamente

loro telefoni non soltanto durante le loro attività, ma anche quando sono in presenza dei loro figli ⁶. Nel nostro campione il 72,5% delle madri continua a usare lo smartphone mentre allatta, il 10,5% usa gli schermi per addormentare e il 61% per intrattenere i propri figli nei primi due anni di vita. Inoltre i genitori sono

FIGURA 17.

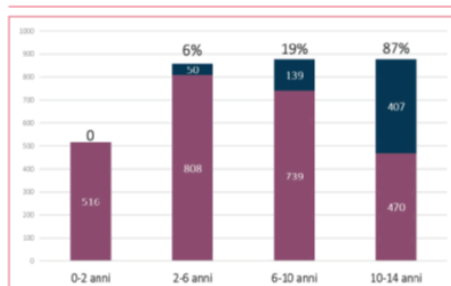
Uso del cellulare da parte delle madri nutrici.



IL CONTESTO – LA RICERCA

FIGURA 18.

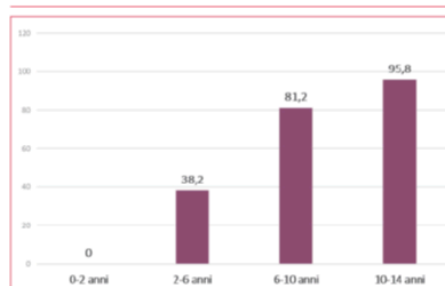
Possesso dei dispositivi digitali.



al cellulare per diverse ore al giorno (circa il 40% fino a 6 ore e il 15% oltre le 6 ore) e solo in parte per lavoro. Questi dati dimostrano che sono proprio i genitori a utilizzare in modo improprio e non consapevole i dispositivi. Di conseguenza si pongono come modello educativo "sbagliato" non riuscendo a darsi e a porre regole di utilizzo ai propri figli. Intervenire sugli adulti è quindi di estrema rilevanza affinché i bambini siano controllati nell'uso degli strumenti elettronici. È una necessità imprescindibile, una *conditio sine qua*

FIGURA 19.

Navigazione in internet.



non. Bisogna agire fin dalle primissime epoche della vita, i cosiddetti primi 1000 giorni, con un'azione di prevenzione rivolta soprattutto alle madri. È importante far comprendere che queste abitudini comportamentali innescano meccanismi di memoria ancestrale che produce dopamina e può causare dipendenza. I bambini dovrebbero giocare, trasformando un oggetto con il gioco simbolico del far finta. L'utilizzo di tablet, smartphone, videogame, sta modificando il modo in cui bambini e adolescenti apprendono, giocano e in-

Custodi digitali: LA RICERCA E I DATI

RESEARCH

Open Access

Media devices in pre-school children: the recommendations of the Italian pediatric society



Elena Bozzola^{1*}, Giulia Spina¹, Margherita Ruggiero¹, Luigi Memo², Rino Agostiniani³, Mauro Bozzola⁴, Giovanni Corsello⁵ and Alberto Villani¹

Abstract

Background: Young children are too often exposed to mobile devices (MD) and most of them had their own device. The adverse effects of a early and prolonged exposure to digital technology on pre-school children has been described by several studies.

Aim of the study is to analyze the consequences of MD exposure in pre-school children.

Methods: We analyzed the documented effects of media exposure on children's mental and physical health.

Results: According to recent studies, MD may interfere with learning, children development, well being, sleep, sight, listening, caregiver-child relationship.

PRESENTAZIONE: LA RICERCA E I DATI

RISULTATI

Apprendimento

Secondo studi recenti, l'uso dei touchscreen potrebbe interferire con lo sviluppo cognitivo dei bambini. Infatti i bambini piccoli necessitano di un'esperienza diretta e concreta con gli oggetti e con gli strumenti in modo da affinare il pensiero e la capacità di risolvere i problemi. Per di più non esiste alcun sostituto dell'interazione diretta con i genitori (11).

Il bambino di età inferiore ai 3 anni può apprendere nuove parole attraverso video solo se sono soddisfatte alcune condizioni: è necessaria la presenza dello sperimentatore/ genitore/ tutore che aggiunge altre informazioni verbali e non verbali durante lo svolgimento delle varie sequenze (12). Per esempio lo sguardo dell'interlocutore è un importante segnale comunicativo non verbale nell'interazione genitore- bambino (13).

I cellulari potrebbero essere uno strumento con il quale i bambini rinforzano quanto già appreso a scuola. In particolare l'uso di applicazioni educative ben fatte promuove l'apprendimento nei bambini in età prescolare e nei primi anni di elementari (14). Sfortunatamente la maggior parte delle applicazioni scaricate non è strutturata per un'interazione duale (sia del bambino che del genitore), e non presenta contenuti educativi.

Politiche migliori per la valutazione dei contenuti delle varie app potrebbero essere utili per creare

Media devices in pre-school children: the recommendations of the Italian pediatric society

Elena Bozzola¹, Giulia Spina¹, Margherita Ruggiero¹, Luigi Memo², Rino Agostiniani³, Mauro Bozzola⁴, Giovanni Corsetto⁵ and Alberto Villani¹

a) raccomandiamo l'astensione dall'uso:

- nei bambini di età inferiore ai 2 anni
- durante i pasti
- 1 ora prima di andare a dormire
- di programmi frenetici e rapidi, con contenuti distraenti o violenti

- come un "pacificatore" ideale per mantenere calmi i bambini in luoghi pubblici

b) suggeriamo di limitare l'esposizione:

- a meno di 1 ora al giorno per i bambini di età compresa tra i 2 e i 5 anni
- a meno di 2 ore al giorno per bambini di età compresa tra i 5 e gli 8 anni
- a programmi di alta qualità solo in presenza di adulti. I bambini dovrebbero condividere l'uso dei dispositivi con i genitori per promuovere l'apprendimento e le interazioni. In un mondo dove i bambini stanno "crescendo digitali" i genitori giocano un ruolo fondamentale nell'insegnare loro come usare la tecnologia in modo sicuro. Le famiglie dovrebbero monitorare il contenuto dei media e le app che vengono scaricate.

PRESENTAZIONE: IL CONTESTO

SCHERMI DIGITALI E BENESSERE
 NEI PRIMI 1000 GIORNI

**TEMPO SCHERMO:
 IL SONNO!!**

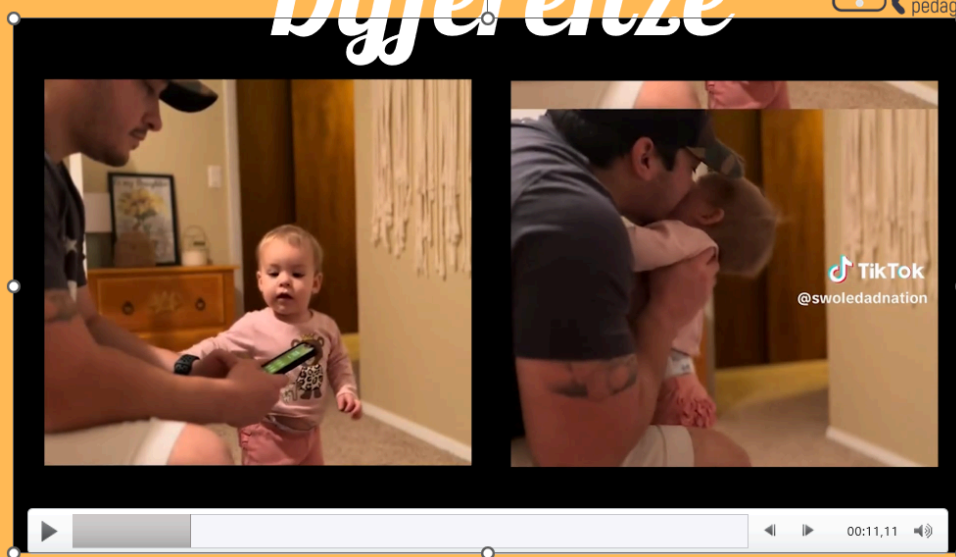


PRINCIPALI EFFETTI DOCUMENTATI DEGLI SCHERMI SULLO SVILUPPO



FISICO	COGNITIVO	PSICOLOGICO RELAZIONALE
<ul style="list-style-type: none"> > Aumento dell'obesità e temi correlati > Difficoltà di coordinazione e movimento > Problemi alla vista > Problemi all'udito > Sedentarietà > Disturbi del sonno 	<ul style="list-style-type: none"> > Disturbi dell'attenzione > Aumento dell'aggressività > Incapacità di attesa / concentrazione > Difficoltà di autoregolazione > Difficoltà di gestire frustrazione > Ritardi acquisizione del linguaggio 	<ul style="list-style-type: none"> > Minor sviluppo empatia > Disturbi nell'area della pro-socialità > Diminuzione del benessere personale > Minor numero di interazioni sociali > Minor qualità nelle relazioni > Aumento dell'aggressività e dell'ansia

Differenze



Durante la serata si è ribadito l'importante ruolo dei genitori nella crescita digitale dei nostri figli.

Non possiamo immaginare un mondo senza tecnologia digitale e internet, che ormai fanno parte della nostra quotidianità. Possiamo però imparare a gestirli con consapevolezza.

È fondamentale comprendere il nostro ruolo di fronte a questi dispositivi che, pur non essendo nati con finalità educative, possono essere utilizzati con

intenzionalità pedagogica nella nostra azione quotidiana. Ma serve un progetto educativo.

Come adulti abbiamo una responsabilità importante: possiamo essere mediatori e accompagnatori nella vita digitale dei nostri figli, ma per farlo dobbiamo conoscere questo mondo e metterci in gioco in prima persona.

E' fondamentale ricordare che non siamo da soli in questa avventura ma possiamo partire proprio da un gruppo di genitori per cercare di condividere e sperimentare nuove strade educative. Un tentativo di creare, attorno ai nostri figli, una comunità educante che possa essere un punto di riferimento importante con adulti significativi per i nostri ragazzi, ricordando che se noi non siamo presenti, la nostra assenza sarà colmata da "adulti digitali" che di certo non hanno un mandato educativo.

Alcuni siti utili

www.pedagogiadigitale.it

<https://www.internetmatters.org/it/>

www.savethechildren.it/blog-notizie/educazione-digitale-5-8-anni-guida-docenti-e-genitori

www.generazioniconnesse.it