



Agostiniani (Sip): Ritardare smartphone in ragazzi protegge vista, sonno e peso

Descrizione

(Adnkronos) La raccomandazione di introdurre il più tardi possibile gli smartphone nella vita dei giovani. Se volessimo indicare una soglia, direi intorno ai 14 anni, ma ogni anno in più senza smartphone è un anno guadagnato in termini di salute. Cosa? Rino Agostiniani, presidente della Sip, intervenendo agli Stati generali della Pediatria 2025 organizzati in Senato dalla Società italiana di pediatria, su iniziativa del senatore Marco Meloni, in occasione della Giornata mondiale del bambino e dell'adolescente, dedicata al tema "Il bambino digitale".

La revisione della letteratura scientifica degli ultimi 10 anni spiega Agostiniani: evidenzia numerosi rischi fisici legati a un uso precoce e prolungato dei device. Tra questi, l'aumento di obesità e sovrappeso dovuto alla sedentarietà e alla maggior assunzione di cibo durante le ore trascorse davanti agli schermi. Altro elemento critico riguarda i disturbi del sonno: continua l'esposizione serale ai dispositivi ne peggiora la qualità e riduce la durata delle ore dormite.

Il presidente Sip ha richiamato inoltre l'attenzione sui danni alla vista. L'uso prolungato dei device nelle prime fasi di vita, quando l'occhio è ancora in sviluppo, sta determinando un incremento rilevante dei casi di miopia: chiarisce. Una relazione stretta emerge anche tra il tempo trascorso all'aria aperta e l'incidenza del disturbo: i bambini che passano più tempo fuori casa hanno una probabilità molto inferiore di sviluppare miopia rispetto a chi resta a lungo sui device. Per Agostiniani: ritardare l'ingresso dello smartphone nella vita dei ragazzi è una scelta di prevenzione essenziale, un investimento concreto sulla loro salute presente e futura.

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Novembre 19, 2025

Autore

redazione

default watermark