

---

Stampa | Stampa senza immagine | Chiudi

---

LO STUDIO

## Bambini, sviluppo cognitivo a rischio se stanno ore davanti a uno schermo

È il risultato di una ricerca canadese che ha coinvolto 2.400 bimbi fra i due e i cinque anni, pubblicata su Jama Pediatrics. Gli autori: «I pediatri diano consigli ai genitori»

Ruggiero Corcella

Ci risiamo. Fa male - e quanto - lasciare per ore bambini molto piccoli davanti a uno schermo , sia esso quello di un cellulare, di un tablet o della Tv? Se lo è chiesto uno studio condotto da Sheri Madigan dell'università di Calgary (Canada) e colleghi dell'università di Waterloo (Canada) su 2.400 bimbi di età compresa fra i 2 e i 5 anni, in cinque anni (2011 - 2016). La risposta è stata positiva. Secondo gli autori, lo sviluppo cognitivo dei piccoli - misurato con una serie di test - è a rischio. Da qui l'invito ai pediatri e ai medici di guidare i genitori nel comprendere quale sia la quantità giusta di esposizione dei propri figli agli schermi e di discutere con loro dei potenziali effetti nocivi sulla salute. I risultati sono stati contestati da altri ricercatori britannici, come riferisce il Guardian. Da noi, [la Società italiana di pediatria si è già espressa sull'argomento con le Raccomandazioni](#) pubblicate nel giugno dell'anno scorso: no a smartphone e tablet prima dei due anni, durante i pasti e prima di andare a dormire. Limitare l'uso a massimo 1 ora al giorno nei bambini di età compresa tra i 2 e i 5 anni e al massimo 2 ore al giorno per quelli di età compresa tra i 5 e gli 8 anni.

**Tecnologie digitali e bambini, 10 consigli (più uno) per usarle bene**

### I rischi che si corrono: il corpo

A DUE ANNI, «INCOLLATI» ALLA TV O SUL CELLULARE PER 17 ORE ALLA SETTIMANA. Alle mamme dei bambini «reclutati» nello studio è stato chiesto di registrare quanto tempo il loro bambino trascorresse usando degli schermi, compreso TV, computer o ad altri dispositivi. Hanno anche compilato questionari standard per valutare lo sviluppo del loro bambino, con domande che includono se il bambino potrebbe completare compiti come disegnare forme particolari, copiare certi comportamenti o formulare frasi - compiti che coprono aree dal controllo motorio fino alle capacità comunicative. Sono stati presi in considerazione anche altri aspetti della vita del bambino, come il sonno e se hanno letto libri per loro. In media, i bambini trascorrevano circa 17 ore settimanali davanti agli schermi a due anni, aumentando fino a quasi 25 ore settimanali a tre anni, prima di scendere a 11 ore a settimana a cinque anni. Il team afferma che è emersa una chiara tendenza: più tempo si diceva che i bambini passassero di fronte agli schermi, peggiori sono stati i risultati nei test sullo sviluppo ai quali sono stati sottoposti. Coloro che hanno trascorso più tempo davanti agli schermi a 24 mesi hanno mostrato prestazioni peggiori nei test a 36 mesi, e una tendenza simile è stata osservata per il tempo di proiezione a 36 mesi e le prestazioni del test a cinque anni. «All'ingresso a scuola, 1 bambino su 4 ha mostrato conseguenze nello sviluppo a livello di linguaggio, comunicazione, abilità motorie e / o salute socio-emotiva».

UN BIMBO SU 4 HA MOSTRATO DEFICIT E RITARDI NEI TEST DI INGRESSO A SCUOLA «Lo sviluppo del bambino si sviluppa rapidamente nei primi 5 anni di vita — spiegano i ricercatori — . Il presente studio ha esaminato i risultati dello sviluppo durante un periodo critico di crescita e maturazione, rivelando che il tempo trascorso sullo schermo può interferire con la capacità dei bambini di svilupparsi in modo ottimale. Quando i bambini piccoli stanno osservando gli schermi, possono mancare importanti opportunità di praticare e padroneggiare le abilità interpersonali, motorie e

comunicative. Ad esempio, quando i bambini osservano gli schermi senza un componente interattivo o fisico, sono più sedentari e, di conseguenza, non praticano grandi capacità motorie, come camminare e correre, il che a sua volta può ritardare lo sviluppo in quest'area. Gli schermi possono anche interrompere le interazioni con gli operatori sanitari limitando le opportunità di scambi sociali verbali e non verbali, che sono essenziali per favorire una crescita e uno sviluppo ottimali». Come dicevamo, altri ricercatori hanno sottolineato una serie di limiti dello studio - a onor del vero indicati già dagli stessi autori - che riguardano l'evoluzione tecnologica degli schermi dal 2016 (anno di conclusione dello studio) . Lo studio inoltre si è basato anche su questionari compilati solo da madri e non ha preso in considerazione con quale finalità il bambino stesse usando lo schermo (svago, «parcheggio» da parte dei genitori o magari per fare qualche gioco «intelligente»), o ancora se lo stesse usando da solo. Inoltre, non ha mostrato quali aree di sviluppo in particolare sono state maggiormente influenzate dal tempo di visualizzazione.

Ruggiero Corcella  
29 gennaio 2019 | 09:56  
© RIPRODUZIONE RISERVATA