



Ritardo nello sviluppo del linguaggio, ma non solo: Top Doctors® elenca i pericoli legati all'utilizzo smodato di device tecnologici da parte dei più piccini, che sempre più spesso imparano a navigare prima ancora di parlare e così, il baby-sitter più amato del terzo millennio è proprio lo smartphone di mamma e papà. I bambini di tutte le età passano infatti sempre più tempo con lo sguardo concentrato sullo schermo, spesso con il benestare di genitori che vedono nella capacità attrattiva dei dispositivi tecnologici un valido alleato per calmare e intrattenere anche il bimbo più vivace: a casa, come al ristorante, in macchina o al supermercato.

Se utilizzata appropriatamente (e con la supervisione di un adulto), la tecnologia può stimolare l'intelletto e la creatività dei piccoli nativi digitali, che hanno la possibilità di navigare e imparare attraverso applicazioni e giochi studiati per la didattica. D'altro canto, però, un uso esagerato e senza regole dei dispositivi tech fin dalla prima infanzia, può portare con sé anche conseguenze negative per il benessere e lo sviluppo del bambino. **Top Doctors®** (www.topdoctors.it), la piattaforma online che seleziona e mette a disposizione degli utenti un panel formato dai migliori medici specialisti di tutto il mondo, ha analizzato alcuni dei principali rischi.

1. Ritardo nello sviluppo del linguaggio

I piccoli "nativi digitali" imparano a facilmente a destreggiarsi tra App e icone, ma spesso faticano a imparare a parlare. Secondo alcuni studi, tra le due attività ci sarebbe una correlazione: i bambini che usano smartphone e tablet già nei primi mesi di vita, avrebbero più probabilità di sviluppare ritardi nell'apprendimento del linguaggio. In particolare, maggiore è l'utilizzo dei dispositivi, maggiore è il rischio per i più piccini di avere difficoltà nella trasformazione dei suoni in parole articolate.

1. Alterazioni della vista e sindrome da occhio secco

L'esposizione prolungata alla luce degli schermi può interferire anche con la vista, causando il disturbo di secchezza oculare: il bambino avverte una sensazione di corpo estraneo nell'occhio e/o bruciore. Inoltre, guardare lo schermo a distanza ravvicinata, come si fa con i dispositivi

mobile, può comportare fatica oculare, abbagliamento e irritazione.

1. Insonnia e scarsa qualità del riposo

Alcune ricerche mostrano come l'utilizzo precoce dei dispositivi tecnologici incida negativamente sulla qualità del sonno del bambino. Questi strumenti, infatti, tendono a sovraeccitare i più piccini che, di conseguenza, faranno fatica ad addormentarsi o avranno un riposo agitato. Inoltre, la luce blu degli schermi andrebbe ad alterare i ritmi circadiani, limitando la produzione di melatonina.

1. Deficit di attenzione e iperattività

È stata più volte segnalato che bambini e ragazzi che usano frequentemente smartphone e tablet avrebbero maggiori probabilità di sviluppare i sintomi dell'ADHD, il disturbo mentale caratterizzato da livelli invalidanti di disattenzione, disorganizzazione, iperattività e/o impulsività.

1. Difficoltà nelle relazioni interpersonali

La tecnologia può portare una generale disattenzione verso l'esterno, con conseguente riduzione delle relazioni interpersonali in famiglia e con i coetanei. Inoltre, la mediazione dello schermo impatta negativamente sullo sviluppo dell'empatia e della comprensione del disagio e del dolore altrui. *“L'interfaccia 'touch', togliendo la necessità di saper padroneggiare la tastiera, permette anche a bambini molto piccoli di usare uno smartphone. In epoca pre-touch, infatti, per usare uno smartphone bisognava prima conoscere le lettere dell'alfabeto: ci si affacciava quindi alla tecnologia con un cervello già relativamente 'vecchio' e con un retroterra formato da tempo. Col 'touch' è il computer che diventa il retroterra su cui costruire il resto, così come con la propria lingua madre”* commenta il [Prof. Michael Mostert, Pediatra di Top Doctors®](#). *“Il cervello dei bambini nati oggi è formato dal computer, mentre quelli nati in epoca 'pre-touch' hanno imparato l'uso del computer così come hanno imparato il francese, a guidare l'auto, a cucinare ecc. Dobbiamo preoccuparci? Lo sapremo quando gli attuali lattanti dotati di smartphone diventeranno adulti”* conclude l'esperto.

A proposito di Top Doctors

Top Doctors® è la piattaforma online che seleziona e mette a disposizione degli utenti un panel formato dai migliori medici specialisti, centri e cliniche privati di livello internazionale. Ne fanno parte i medici più brillanti in ogni specializzazione e in ogni trattamento in Europa, America Latina e Stati Uniti.

Nata con l'obiettivo di rispondere all'esigenza di conoscere il miglior specialista al quale rivolgersi per affrontare un problema di salute, la piattaforma oggi conta oltre 1 milione di utenti unici mensili e più di 20 milioni di pazienti che si sono affidati a questo network per la scelta di un medico in Spagna, Italia, Regno Unito, Messico, Colombia e Stati Uniti.