



## COMUNICATO STAMPA

### Stati Generali della Pediatria

## **ADOLESCENTI E INTERNET, A RISCHIO CHI NE ABUSA MA ANCHE CHI NON LO USA O LO USA TROPPO POCO.**

**Società Italiana di Pediatria, Polizia di Stato e Facebook  
presentano Il vademecum per promuovere l'uso positivo del WEB**

*Roma, 19 novembre 2014.* E' ormai acclarato che l'abuso di internet da parte degli adolescenti possa avere effetti negativi tanto sulla salute quanto sulle relazioni sociali sino a poter sfociare in vere e proprie psicopatologie di nuova entità (ad esempio l'internet addiction). Tuttavia, un utilizzo troppo moderato o addirittura il non utilizzo possono ugualmente avere conseguenze negative.

I genitori sono avvertiti: un atteggiamento esclusivamente "proibizionista" per limitare i rischi della rete è controproducente.

Ciò è quanto emerge da un lavoro condotto su 3.906 adolescenti pubblicato su *Pediatrics*. Gli adolescenti che non possono utilizzare internet o il cui accesso è fortemente limitato risultano infatti emarginati dall'ambiente culturale condiviso dai loro coetanei. Al contrario coloro che utilizzano troppo il Web, finiscono automaticamente con l'escludersi dalle interazioni sociali.

Ed è così che i grandi utilizzatori di internet al pari di coloro che lo usano troppo poco (meno di un'ora a settimana) o per nulla, costituiscono le categorie maggiormente a rischio di depressione, cefalea, disturbi del sonno, sovrappeso ed obesità.

Questi dati confermano ancora una volta l'importanza di promuovere un uso responsabile del Web, consapevoli dei rischi che un utilizzo incontrollato può comportare ma anche degli irrinunciabili vantaggi di cui può farsi veicolo quale acceleratore di conoscenze che sostiene crescita, sviluppo e socializzazione.

Per promuovere la sicurezza online e un uso positivo del Web, la Società Italiana di Pediatria, la Polizia di Stato e Facebook hanno stilato un vademecum di informazioni e consigli utili rivolti ai genitori e a tutta la famiglia. Il vademecum, che è stato presentato oggi agli Stati Generali della Pediatria, sarà diffuso negli studi e negli ambulatori pediatrici dei 10mila associati alla SIP.

## IL VADEMECUM SIP-POLIZIA DI STATO- FACEBOOK PER LA SICUREZZA ONLINE

<b>CONSIGLI PER I GENITORI</b>
<b>PARLA</b> con i tuoi figli di sicurezza e tecnologia quanto prima e più spesso che puoi, nello stesso modo in cui parli della sicurezza a scuola, in auto, sui mezzi di trasporto pubblici o in ambito sportivo. E' importante fargli capire che Internet non è un mondo virtuale ma è parte della vita reale.
<b>CHIEDI</b> quali ai tuoi figli quali sono secondo loro le informazioni che è appropriato condividere online e quali è meglio evitare. Parla con loro di come percepiscono la privacy e di quali strumenti o accortezze utilizzano per tutelarla.
<b>ACCOMPAGNA</b> i tuoi figli, soprattutto i più piccoli, il più possibile e da subito attraverso l'esperienza di navigazione online, condividendo insegnamenti e impressioni sui contenuti.
<b>IMPARA</b> dai tuoi figli. A meno che tu non sia un utente di Internet particolarmente attivo, è probabile che i tuoi figli ne sappiano più di te. Dai loro atto di questa competenza: chiedigli di aiutarti ad utilizzare un determinato servizio online o a configurare la tua presenza su un social network. E' un ottimo modo per capire come si comportano su Internet e per renderli consapevoli di eventuali pericoli.
<b>RISPETTA</b> i loro interessi. I ragazzi di oggi sono cresciuti con Internet, cellulari e SMS. Le nuove tecnologie hanno sempre fatto parte della loro vita e rappresentano una importante opportunità per il loro presente e per il loro futuro. Attento a non definirle come una "perdita di tempo" perché significa criticare gran parte delle loro interazioni sociali e delle attività che svolgono ogni giorno.
<b>CONSIGLI PER I RAGAZZI</b>
<b>STABILISCI</b> alcune regole di base. Prima di postare qualcosa, pensaci bene! Tutto ciò che metti online e che riguarda te stesso o un'altra persona potrebbe essere interpretato male, copiato e distribuito in modi che non ritieni opportuni.
<b>ATTENTO</b> a non dare confidenza agli sconosciuti, proprio come nel mondo offline, e non rendere disponibili a chiunque informazioni private, fotografie ecc.
<b>CONTROLLA</b> le impostazioni sulla privacy dei servizi online che utilizzi e stai sempre attento a cosa condividi con chi, utilizzando gli strumenti di controllo messi a disposizione dai vari servizi online che utilizzi
<b>SEGNALA</b> i contenuti inappropriati: ricorda che la maggior parte dei servizi online ti permettono di segnalare e richiedere la rimozione dei contenuti inappropriati. Puoi sempre rivolgerti alla Polizia Postale per segnalare contenuti o attività illegali su Internet ( <a href="http://www.commissariatodips.it">www.commissariatodips.it</a> ).
<b>APRITI</b> se hai un problema, parlane con qualcuno: un amico, i tuoi fratelli, i tuoi insegnanti, i tuoi genitori, una associazione o le forze dell'ordine. Qualcuno potrà sicuramente aiutarti.