



UNIVERSITÀ  
degli STUDI  
di CATANIA

*“Smartphone addiction across the lifetime during Italian lockdown for COVID-19” è lo studio condotto dai ricercatori dell’Università di Catania, in collaborazione con l’Università La Sapienza di Roma*



Catania, 9 marzo 2021 - Il periodo di lockdown ha modificato intrinsecamente il nostro modo di relazionarci e di vivere. La tecnologia ha rivestito un ruolo fondamentale per il mantenimento delle attività lavorative e dei rapporti sociali, arginando al contempo la diffusione del virus. Ma se da un lato l’uso dei dispositivi elettronici è diventato imprescindibile, dall’altro la necessità di rimanere connessi il più possibile per vivere ha creato i presupposti per generare una vera e propria dipendenza da cellulare.

È per questo che un nuovo studio, condotto dai ricercatori del CoEHAR dell’Università degli Studi di Catania, in collaborazione con i ricercatori dell’Università La Sapienza di Roma, dal titolo: “Smartphone addiction across the lifetime during Italian lockdown for COVID-19” ha voluto studiare il legame tra età e sesso e utilizzo dello smartphone, per valutare possibili correlazioni tra dipendenza e disturbi mentali.

Il risultato, sebbene tarato su un campione ristretto, ha evidenziato come una vera e propria dipendenza

sia diffusa soprattutto tra i più giovani e tra i partecipanti di sesso femminile.

### **La nomofobia**

La nomofobia è un termine relativamente nuovo, che deriva dal greco -nomos- e dall'inglese no-mobile e indica la paura di rimanere disconnessi, di non poter comunicare e di non avere accesso costante alle informazioni. Una paura che genera una vera e propria dipendenza che sfocia nel desiderio compulsivo di avere sempre con sé il cellulare.

Le vere e proprie manifestazioni sintomatiche di questa dipendenza sono: sudore, tremore, battiti cardiaci accelerati e difficoltà di respirazione. Dipendenza allarmante per i più giovani, tra cui l'abuso del cellulare e dei dispositivi elettronici genera ansia, depressione, senso di fallimento e disordini del sonno.

### **Lo studio**

Il questionario del CoEHAR è stato sottoposto a 1.264 partecipanti di età compresa tra i 15 e i 67 anni durante il mese di marzo 2020. Il 59,5% di questi era composto da donne. Il questionario è stato fatto circolare in tre città italiane, rappresentative del sud, del centro e del nord Italia: Catania, Siena e Ferrara.

Dallo studio è emerso che l'utilizzo erraneo dello smartphone e il relativo abuso sono più frequenti tra i giovani, specialmente se donne. Circa dopo i 40 anni, la curva di dipendenza si sposta maggiormente verso i partecipanti di sesso maschile.

Ad oggi non esistono molti studi con cui comparare i risultati del questionario. Sappiamo però, grazie ad alcune ricerche internazionali, che esistono differenze nell'uso del cellulare tra uomini e donne: infatti, i soggetti maschili, soprattutto in giovane età, utilizzano lo smartphone per rilassarsi e svagare (ascoltare musica, giocare, ecc.), mentre le femmine lo sfruttano per comunicare e rimanere connessi ai propri account social.

Durante il lockdown, il bombardamento di stimoli a cui gli italiani sono stati sottoposti ha generato comportamenti identificabili come vere e proprie dipendenze.

Secondo quanto emerso dal questionario, infatti, circostanze che impediscono le interazioni sociali convenzionali aumentano il rischio di incorrere in comportamenti patologici e dipendenze da dispositivi

elettronici. Dati allarmanti che possono servire per studiare schemi e connessioni tra dipendenze e disturbi mentali.

Secondo quanto sostenuto da Pasquale Caponnetto, docente a contratto di Psicologia clinica e Clinica delle dipendenze presso il Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università di Catania e coordinatore del CPCT – Centro e Prevenzione e Cura al Tabagismo del Policlinico Vittorio Emanuele di Catania: “Lo smartphone ci ha uniti in un momento delicato e ci ha ingaggiato (per usare un termine d'uso frequente) generando in sua assenza delle sintomatologie simil abbandoniche a cui la psicologia dovrà rispondere con soluzioni terapeutiche più che innovative relative al trattamento delle dipendenze”.

*Autori: Pasquale Caponnetto, Lucio Inguscio, Sara Valeri, Marilena Maglia, Riccardo Polosa, Carlo Lai, Giuliana Mazzoni.*

*Titolo: “Smartphone addiction across the lifetime during Italian lockdown for COVID-19”*

*Link: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33655815/>*