- Copyright - Il Pensiero Scientifico Editore downloaded by IP 18.97.9.174 Sat, 07 Nov 2026, 00:01:57

E se i device avessero il bugiardino?

È il primo articolo che scrivo senza condividerlo con Maurizio. Gli stavo scrivendo proprio la mattina in cui sono venuto a conoscenza della sua improvvisa scomparsa, per raccontargli di questa idea.

Scrivo con tristezza e mestizia. Non saprò mai se l'idea che stavo per proporgli gli sarebbe piaciuta. Ma chissà.

L'idea riguarda l'uso consapevole dei device da parte dei ragazzi e dei loro genitori, un tema di cui ho parlato con Maurizio tante volte nell'ultimo anno.

Una ricerca condotta con Isabella Continisio[1], attraverso un questionario somministrato a 70 genitori e insegnanti di bambini tra 0 e 10 anni, ha evidenziato un dato particolarmente interessante: chi conosce maggiormente le linee guida tende a prestare più attenzione a ciò che il bambino guarda; controlla maggiormente l'adeguatezza dei contenuti video e la classificazione per età dei videogiochi, come quella indicata dal sistema PEGI (Pan-European Game Information), il sistema europeo utilizzato per classificare i videogiochi in base all'età consigliata e ai contenuti.

Quindi l'informazione svolge un ruolo centrale nell'utilizzo corretto dei device.

Oggi i ragazzi vivono una parte della loro vita immersi nei loro device: è impossibile togliergli senza essere in grado di offrire loro un'alternativa.

E allora devono sapere che questi strumenti vanno utilizzati con competenza. E devono saperlo soprattutto i genitori: quelli che non sono consapevoli dei rischi, quelli che non riescono a controllare l'uso che ne fanno i propri figli, quelli che non sanno come gestire il fatto che tutti utilizzano questi strumenti e che, proprio per questo, ritengono di non poterli negare al proprio figlio.

L'idea ci viene fornita dal mondo della medicina, e da quello dei farmaci in particolare. Come in ogni confezione di un farmaco c'è il bugiardino, che spiega come utilizzarlo, in quali dosi, quali effetti collaterali può provocare e quali precauzioni adottare, così, allo stesso modo, in tutte le confezioni dei device dovrebbe essere inserito un bugiardino digitale (*vedi qrcode in fondo*).

Una guida pratica, breve e aggiornata, pensata per accompagnare l'intera vita del dispositivo, redatta da istituzioni indipendenti, che dovrebbe essere disponibile nella confezione di tutti i device, attraverso un QR code, e sul sito del produttore. Un bugiardino che dovrebbero conoscere i pediatri e tutta la comunità educante, e che dovrebbe favorire la realizzazione di patti digitali familiari e di comunità.

Potrebbe essere consegnato alla nascita, discusso durante i bilanci di salute, presentato nelle scuole, utilizzato nei corsi per genitori e reso disponibile nei consultori. Potrebbe diventare una lingua comune tra famiglia, pediatra e insegnanti.

Il bugiardino, approvato dalla Società Italiana di Pediatria e dall'Associazione Culturale Pediatri, contiene le seguenti voci: • quando usare i device in base all'età; • quando è meglio spegnerli; • come proteggere il sonno, lo studio, il gioco e le relazioni; • quali attenzioni adottare con i bambini; • come costruire un Family Media Plan, un vero e proprio patto digitale familiare; • le controindicazioni e i possibili effetti collaterali; • l'utilizzo in gravidanza e durante l'allattamento.

E soprattutto una regola semplice: la vita reale viene prima di quella virtuale.

1. Continisio I, Crispino G, Mirra V, Rosa M, Siani P. Sappiamo tutto sui device, ma continuiamo a usarli male. Cosa ci dice un questionario a genitori e insegnanti. *In press.*

Le opinioni espresse dall'autore sono personali e non riflettono necessariamente quelle dell'istituzione di appartenenza

***Paolo Siani,** Pediatra Azienda ospedaliera Santobono Pausilipon, Napoli
Già vice presidente Commissione bicamerale infanzia e adolescenza – siani.paolo@gmail.com