

## 20 aprile 2017

<http://it.blastingnews.com/salute/2017/04/allarme-nomofobia-tra-i-giovani-la-dipendenza-da-smartphone-001640065.html>

## Allarme 'Nomofobia' tra i giovani, la dipendenza da smartphone

*Questo disturbo comportamentale legato alla dipendenza da telefono cellulare colpisce anche tra i giovanissimi.*



Condividi su Facebook



Sei un influencer?



La **#nomofobia** è un neologismo di recente introduzione: arriva dal mondo anglosassone e significa letteralmente la paura incontrollata di rimanere sconnessi dal contatto con la rete di telefonia mobile. In poche parole essere non raggiungibili telefonicamente e senza copertura della rete dati.

### Nomofobia nuovo disturbo tra i giovani

Gli specialisti del settore si sono ritrovati a Firenze alla **conferenza nazionale di psichiatria dinamica** in corso in questi giorni: tra i tanti argomenti trattati e dibattuti la nomofobia è stato sicuramente tra i più seguiti. Sono colpiti da questo disturbo comportamentale gli adolescenti e i giovani tra i 18 e i 25 anni, che covando già problemi relazionali, aumentano il senso di disturbo [legato all'uso del cellulare](#).

# IT.BLASTINGNEWS.COM

## 20 aprile 2017

<http://it.blastingnews.com/salute/2017/04/allarme-nomofobia-tra-i-giovani-la-dipendenza-da-smartphone-001640065.html>

Vertigini, tremori, un senso di malessere generalizzato, fino a veri e propri attacchi di panico, sono gli effetti della possibile mancanza di copertura di rete telefonica, la paura di rimanere isolati o con lo **#smartphone fuori uso**. I soggetti che più rischiano di essere colpiti da nomofobia sono ragazzi e ragazze che hanno bassa autostima, difficoltà di relazioni e problemi legati alla socialità; in più un abuso di presenza compulsiva sui social network può trasformarsi in un cocktail micidiale per la personalità del soggetto in questione.

### 'L'abuso dei social network può portare all'isolamento'

Ezio Benelli, presidente del congresso e dell'International foundation Erich Fromm, intervistato dall'Ansa è stato molto chiaro: "L'abuso dell'utilizzo del social network **può portare all'isolamento**, la paura del rifiuto in un gruppo sociale, in una relazione o in un'amicizia può portare al chiudersi in se stessi, con il timore di esporsi in pubblico".

L'utilizzo di un **account su un social media** non è di per se pericoloso, ma se la vita reale è legata alle **attività social** allora è il momento per la famiglia di intervenire, con un'attività di sensibilizzazione del contesto, per poi far intervenire uno psicoterapeuta se il ragazzo o la ragazza continuano la fase di chiusura.

Il fenomeno è in forte crescita e non va sottovalutato, i problemi legati all'uso dello smartphone non sono immediatamente visibili ma possono rivelarsi dopo molti anni. Secondo l'ente di ricerca britannico Yougov più del **50% dei ragazzi inglesi** va a dormire insieme al telefono e manifestano "gravi alterazioni" del comportamento quando questo è con batterie scariche o finisce il credito disponibile. **#salute**