

# ANSA.IT

## 19 aprile 2017

[http://www.ansa.it/canale\\_salutebenessere/notizie/sanita/2017/04/19/saluteallarme-nomofobiadipendenza-da-smartphone-e-malattia\\_65317299-8658-4fed-84ee-a925029e98e3.html](http://www.ansa.it/canale_salutebenessere/notizie/sanita/2017/04/19/saluteallarme-nomofobiadipendenza-da-smartphone-e-malattia_65317299-8658-4fed-84ee-a925029e98e3.html)

### Allarme 'nomofobia', dipendenza da smartphone è malattia

Più colpiti giovani tra 18-25 anni con problemi relazionali



Redazione ANSA FIRENZE 19 aprile 2017 20:03

[Scrivi alla redazione](#) [Stampa](#)



Allarme 'nomofobia', dipendenza da smartphone è malattia © ANSA/Ansa

CLICCA PER INGRANDIRE

# ANSA.IT

**19 aprile 2017**

[http://www.ansa.it/canale\\_saluteebenessere/notizie/sanita/2017/04/19/saluteallarme-nomofobiadipendenza-da-smartphone-e-malattia\\_65317299-8658-4fed-84ee-a925029e98e3.html](http://www.ansa.it/canale_saluteebenessere/notizie/sanita/2017/04/19/saluteallarme-nomofobiadipendenza-da-smartphone-e-malattia_65317299-8658-4fed-84ee-a925029e98e3.html)

Per gli esperti la dipendenza dallo smartphone è una malattia. La nomofobia, come viene definito il timore ossessivo di non essere raggiungibili al cellulare, colpisce per lo più giovani tra i 18 e 25 anni, con bassa autostima e problemi relazionali. Chi ne è colpito può arrivare a sperimentare veri e propri attacchi di panico, con tanto di vertigini, tremore, mancanza di respiro e tachicardia in caso di assenza di rete mobile o di cellulare fuori uso. Del problema, e dei suoi possibili rimedi, si parlerà in occasione del congresso nazionale di psichiatria dinamica in corso a Firenze.

Per gli esperti il fenomeno della nomofobia è in parte collegato con l'uso compulsivo dei social: "L'abuso dei social network può portare all'isolamento - spiega Ezio Benelli, presidente del congresso e dell'International foundation Erich Fromm -, l'utilizzo smodato e improprio del cellulare può provocare non solo divari enormi tra persone, ma anche a chiudersi in se stesse e a alimentare la paura del rifiuto".

Secondo l'ente di ricerca britannico Yougov, più di 6 ragazzi su 10 tra i 18 e i 29 anni vanno a letto in compagnia dello smartphone, e oltre la metà degli utenti di telefonia mobile (53%) tendono a manifestare stati d'ansia quando rimangono a corto di batteria, di credito o senza copertura di rete. "Il fenomeno è in forte crescita" afferma Giuseppe Rombolà Corsini - psicologo, psicoterapeuta e vice direttore della scuola di psicoterapia Erich Fromm. "Un intervento utile - aggiunge - può essere quello della psicoterapia", "attraverso una tecnica specifica come lo psicodramma, terapia di gruppo che spinge il soggetto a compiere un'azione che in qualche modo possa richiamare la sua storia personale".