



Una delle immagini utilizzate per la copertina della "guida" del progetto "Pediatri custodi digitali"

Centrali nell'iniziativa come punti di riferimento i dottori dei piccoli. Coinvolti poi educatori, insegnanti e famiglie. Schede divise per età

Bambini, tablet e smartphone Con "Pediatri custodi digitali" i comportamenti da evitare

IL PROGETTO

GIULIA BASSO

Quando si parla di "nativi digitali" ormai lo si fa letteralmente: i bambini crescono in ambienti in cui gli schermi di smartphone e tablet sono presenti già dai primissimi mesi di vita, e occupano sempre

più tempo nella loro giornata. Ma sono molti gli studi che dimostrano come questa presenza influisca sullo sviluppo del bambino, condizionandone sia i comportamenti che gli apprendimenti.

Parte da queste evidenze il progetto "Pediatri custodi digitali", ideato dall'associazione Media educazione comunità (Mec) nel 2019 e giunto a piena realizzazione nel perio-

do post-pandemico in Friuli Venezia Giulia, dove ha coinvolto gli oltre 110 pediatri della regione, un centinaio di educatori della prima infanzia, insegnanti, genitori. «Si tratta di un progetto pilota di educazione digitale familiare dalla nascita, con cui si cerca di dare concreta attuazione alle indicazioni della Società italiana di Pediatria, che raccomanda di limitare l'esposizio-

ne e il tempo di utilizzo dei media digitali in tenera età, e anzi di evitarli del tutto nella fascia 0-2 anni e non utilizzarli in determinati momenti della giornata», spiega Chiara Oretti, pediatra e presidente Sicupp per la sezione Fvg, Trento e Bolzano. Nel progetto il pediatra di famiglia ricopre un ruolo centrale: è lui a dare ai genitori indicazioni sul corretto utilizzo dei dispositivi digitali, consegnando loro delle schede con dei consigli per una corretta gestione dei media digitali per le diverse fasce d'età (0-6 mesi; 6-12 mesi; 1-2 anni; 3-6 anni; 6-10 anni e 11-14 anni).

«Spesso è semplice entrare in argomento, perché in studio il genitore entra con lo smartphone in mano, o il telefonino viene consegnato al bambino per tenerlo tranquillo – commenta Oretti –. L'idea è di partire dalle schede per stimolare il dialogo e la riflessione». Ma cosa consigliano le

schede? «Ci sono dei comportamenti piuttosto diffusi da evitare: non allattare guardando il cellulare, ma utilizzare questo tempo per dedicare attenzione al proprio figlio; non usare lo smartphone come un premio o una consolazione, non fargli fare da baby-sitter. Spesso purché il bambino mangi lo si mette davanti al tablet, quando invece il momento del pasto richiederebbe consapevolezza. Vale anche per i ragazzini più grandi: a tavola i dispositivi dovrebbero rimanere spenti, perché è l'istante in cui la famiglia si riunisce. Gli schermi andrebbero evitati anche subito prima di andare a dormire: perfino negli adulti c'è una relazione tra l'utilizzo dei dispositivi prima del sonno e i problemi ad addormentarsi. Non si dovrebbe lasciare il cellulare nelle camere dei ragazzini, perché è dimostrato che circa la metà degli adolescenti, se lo hanno a disposizione, navigano anche di notte. E sarebbe bene che gli adulti usassero i dispositivi quando i bambini non ci sono, magari mentre dormono».

Tutto questo senza calcolare i contenuti violenti presenti su internet e i problemi legati al bullismo e alla pornografia. Stando a un'indagine realizzata nel 2022 su un campione di oltre 2.300 famiglie il progetto sembra funzionare: dopo la presentazione delle schede sono aumentati il numero di genitori che hanno tolto gli schermi dalle camere dei loro figli e la percezione di madri e padri di una maggiore efficacia nell'educazione digitale dei propri figli. Il progetto continua anche nel 2023 e si sta gradualmente esportando anche in altre regioni d'Italia. —