# L'isolamento da social-network nuoce «gravemente» alla salute

## E, oltretutto, pare che coloro che vi aderiscono, spesso, abitino vicino ma si vedano sempre meno «dal vero»

|  |
| --- |
|  |
|  |

**MILANO -** Tumori, ictus, problemi cardiaci e persino la demenza. Meglio scollegarsi subito: chi sta usando Facebook o sta mandando messaggi con Twitter o si sta costruendo un avatar su Second Life è avvertito: il social networking online fa male alla salute. Un po' esagerati? In effetti sembra anche a noi, ma di tutto questo si dice convinto lo psicologo Aric Sigman in un articolo pubblicato su Biologist, il giornale dell’Institute of Biology inglese. Secondo l’esperto, la perdita di contatti reali e di relazioni interpersonali «dal vivo» ha effetti biologici sul nostro organismo. In primo luogo può alterare il modo in cui i geni lavorano, poi può interferire con le risposte immunitarie, i livelli di ormoni, la funzionalità delle arterie e infine può influenzare le performances mentali. Ergo: aumenta il rischio di malattie serie.

**ISOLAMENTO -** I siti di social networking , secondo Sigman, creati per stimolare l’interazione fra le persone, in realtà hanno contribuito a isolarle. «Non ci sono prove – ha detto l’esperto - che dimostrino un effetto positivo dei social network sulla capacità di socializzare, ma esistono prove che invece ne fanno emergere un lato negativo, almeno per la salute». Secondo la nuova ricerca il numero di ore che le persone (in questo caso i cittadini britannici) trascorrono interagendo faccia a faccia con gli altri si è ridotto drasticamente dal 1987, parallelamente alla diffusione dei mezzi elettronici. E in meno di vent’anni è triplicato il numero di individui che affermano di non avere nessuno con cui discutere di problemi importanti.

**MONDO VIRTUALE -** Non solo il mondo virtuale mina la salute ma, aggiunge Sigman, impoverisce i rapporti sociali e la capacità delle persone di leggere il linguaggio del corpo. Un panorama davvero preoccupante. Ma non tutti sono d’accordo. Analizzando nei dettagli il lavoro, c’è chi sottolinea il fatto che in realtà si tratta di una ricerca «compilativa», con tanto di citazioni, ma diversa dai classici lavori scientifici pubblicati normalmente da riviste del calibro di Nature o Scienze. Il dibattito è aperto, ma a questo punto vale anche la pena di citare un’altra ricerca, appena presentata al meeting annuale dell’American Association for the Advancenment of Science appena conclusosi a Chicago. Ricerca che aveva l’obiettivo di esaminare le tracce digitali lasciate dalle persone che usano diversi sistemi di comunicazione, dal cellulare alle mail fino appunto ai social network, e che ha scoperto come i ragazzi che comunicano attraverso la rete in realtà abitino nella stessa area geografica.

**I TEENAGER -** «I teenager- ha commentato Noshir Contractor esperto di scienze comportamentali alla Northwestern University di Chicago – tendono a diventare amici degli amici, non di persone che non fanno già parte del loro gruppo. E noi abbiamo dimostrato che la tecnologia non cambia i nostri network sociali».

Adriana Bazzi  
**20 febbraio 2009** [www.corriere.it](http://www.corriere.it)

# Boom dei social network in Italia li utilizza un terzo dei "navigatori"

**ROMA** - Italiani popolo di internauti, blogger e frequentatori di social network: nel 2008 si registrano oltre 8 milioni di utenti attivi su internet, individui che pubblicano e commentano su blog e social network, hanno delle pagine web personali, scrivono su forum, usano feed rss e aggiungono tag alle pagine web o alle foto.   
  
Sono i dati che emergono da una ricerca de laFeltrinelli.it, che ha confrontato i dati ufficiali di Nielsen, Forrester e Simmaco con quelli presenti nel proprio database sull'utilizzo dei social network in Italia. Il quadro che compare è che su 24,3 milioni di navigatori in internet (41% della popolazione), 3,4 milioni possiede un blog come Splinder o Blogger, mentre gli iscritti ai social network sarebbero 4,7 milioni. Circa un terzo delle persone che si connette a internet utilizza dunque i social network.   
  
Ma nonostante il sorpasso a livello mondiale di Facebook su MySpace con 132 milioni di visite uniche contro 117, registrate nel mese di giugno, gli italiani continuano a preferire il noto sito musicale e i blog. La top four dei social network in Italia mostra infatti MySpace in cima alle preferenze con il 59,5% degli iscritti (2,7 milioni di utenti), Facebook segue invece al 19,5 (900 mila utenti), LinkedIn, la community professionale, al 7,7(300 mila) e infine gli altri network, come FlickR, Anobii e Badoo, che insieme totalizzano il 13,3(625 mila persone).   
  
I blog invece, concepiti come siti internet e non come "social", e gestiti in modo autonomo dagli utenti come una sorta di diario personale, sono stati attivati, come detto, da 3,4 milioni di italiani, raggiungendo quasi il 14% del totale dei navigatori in rete.

Il web 2.0, ovvero l'insieme di tutte quelle applicazioni online che permettono uno spiccato livello di interazione tra sito e utente, è un fenomeno che in Italia interessa maggiormente la fascia di età compresa tra i 18 e i 44 anni. Gli uomini rappresentano il 59% dei social networkers, mentre le donne il 41%.   
  
(*23 settembre 2008*) [www.repubblica.it](http://www.repubblica.it)

# Ora i genitori interpretano i bebè Ecco il social network "dalla culla"

*di MAURO MUNAFO'*   
SOCIALIZZARE dalla culla adesso ha nuovo significato. Dimenticate le lallazioni e il primo "mamma". Negli Stati Uniti sta crescendo un nuovo business: i social network per neonati. Dopo aver saturato il mercato generico con MySpace e Facebook, quello economico con LinkedIn e aver ideato persino a un sito per le spie, l'unica nicchia rimasta erano i bambini in età pre-scolare. Ma come riuscire a convincere dei poco più che neonati ad aprire un loro profilo, visto la loro ovvia incapacità di utilizzare tastiera e mouse? Dove non arriva la natura è arrivato l'ingegno: ecco quindi siti in cui gli account dei neonati sono gestiti dai loro premurosi ed un po' egocentrici genitori.   
  
La crescente tendenza a stelle e strisce, a cui ha dedicato un lungo articolo anche il *New York Times*, può già vantare numerosi siti di riferimento, quasi tutti nati nell'ultimo anno solare e con qualche migliaio di utenti. I big del settore sono [TotSpot](http://totspot.com/login), [Odadeo](http://odadeo.com/), [Lil'Grams](http://www.lilgrams.com/), [Kidmondo](http://kidmondo.com/) e [BabySpot](http://www.babyspot.com/home.php), ognuno dei quali punta a conquistare la palma di nuovo Facebook per bebè. Per entrare in questi enormi asili virtuali basta iscriversi e mettere una foto del proprio pupo. Di fronte al nuovo arrivato si schiude un oceano di marmocchi inconsapevoli di far parte del sempre più vasto universo dei social network.

Entrati nella rete arriva il momento di comunicare al mondo che la creaturina ha fatto la nanna, ha mangiato tutto il suo omogenizzato e, sorpresa, ha anche fatto il ruttino finale. Facili ironie a parte, i creatori di questi siti giustificano la loro idea illustrandone gli aspetti positivi. Obbiettivo di TotSpot e fratelli è quello di mettere in contatto tra loro tanti giovani genitori, con il pretesto di raccontare ognuno la storia del proprio bambino. Il "ventriloquio dei propri figli" come definito dal *Times*, serve ad immortalare nella rete la vita dei neonati, anche se questa raramente si discosta dal binomio pappa-nanna. La nuova forma di comunicazione affonda le sue radici negli album dei bambini, molto diffusi anche in Italia fino a qualche anno fa, che vedevano i genitori impegnati nel compilare pagine e pagine di ricordi dei figli da "il mio primo dentino" al "primo giorno di scuola".   
  
Il vantaggio rispetto agli album dell'infanzia è che nei social network è possibile aggiungere un numero illimitato di foto e note e soprattutto farsi degli amici. Le giovani coppie possono tenere costantemente aggiornati i parenti dei progressi del bebè, oppure interessarsi alla prole del vicino di casa ed accrescere così il proprio giro di conoscenze. Visto che pur sempre di bambini si tratta, un'attenzione particolare è rivolta alla privacy, con la possibilità di controllare costantemente chi può accedere al profilo. Alcuni siti danno inoltre la possibilità di realizzare dei veri e propri diari da stampare e tenere nella libreria di casa per farli poi vedere a quegli amici che non hanno accesso alla rete o che preferiscono i vecchi album di una volta.   
  
E quando i bambini crescono cosa succede alle loro controparti virtuali? I fondatori di Kidmondo hanno già pronta la loro soluzione: "Abbiamo aperto una pagina per nostro figlio di 6 anni che adesso si interessa sempre a leggere le storie che lo riguardano". Secondo loro un domani sarà proprio il piccolo a continuare il racconto. Sempre che non si vergogni di tutte quelle popò e pappine immortalate nelle prime pagine della sua vita digitale.   
  
(*13 settembre 2008*) [www.repubblica.it](http://www.repubblica.it)

# 17enne olandese ruba i mobili di Habbo e viene arrestato

La polizia olandese arresta un ragazzo di diciassette anni per un furto virtuale.

Il **ragazzo olandese** è stato **arrestato** dalla polizia di Amsterdam per aver **rubato mobili** **dall’hotel virtuale Habbo** del valore di 4000 euro, usando tecniche di hacking contro gli account di altri utenti.

Si tratta di un furto vero e proprio in quanto i mobili sono stati acquistati dagli utenti di Habbo con soldi veri. La polizia ha interrogato altri ragazzi i quali sono sospettati di aver rimosso i mobili rubati dalle loro stanze dell’hotel.

Habbo è un **social network**, di proprietà dell’azienda Sulake a cui sono registrati circa **80 milioni di utenti** da 31 paesi diversi. Coloro che sono registrati al sito possono creare il loro personaggio, decorare le proprie stanze e partecipare a numerosi giochi, pagando con la carta di credito Habbo, che si acquista con soldi reali.

Simona Fiore

#### Chat e social network fonti di depressione

di: [Emanuele Menietti](http://blog.webnews.it/author/emenietti/)

Per una recente ricerca, l'eccessiva comunicazione online aumenterebbe i rischi legati alla depressione nelle adolescenti. Confidare le proprie esperienze amorose in Rete può comportare forti stati di ansia, ma le conclusioni dello studio sono controverse

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Chiacchierare per troppo tempo online attraverso i social network, come Facebook e MySpace, e i sistemi di messaggistica istantanea può **portare le giovani adolescenti verso la depressione**. La curiosa rivelazione giunge dalla psicologa Joanne Davilla e dalla sua collega Lisa Starr, entrambe della Stony Brook University (New York, USA), che hanno recentemente effettuato uno [studio](http://www.telegraph.co.uk/scienceandtechnology/technology/facebook/4405741/Excessive-chatting-on-Facebook-can-lead-to-depression-in-teenage-girls.html) su una ottantina di ragazzine intorno ai 13 anni di età per valutare quali elementi possano aumentare il rischio di entrare in depressione.

In una prima fase della ricerca, svolta circa un anno fa, le due ricercatrici hanno testato i livelli di ansia e i possibili sintomi legati agli stati depressivi delle 83 adolescenti. A distanza di dodici mesi, il gruppo di ricerca ha nuovamente svolto i medesimi test per **verificare i possibili cambiamenti legati ad ansia e depressione nelle tredicenni** appartenenti al loro campione di indagine. In entrambe le occasioni, alle adolescenti sono state rivolte domande sulle loro prime esperienze amorose legate a eventi significativi come il primo appuntamento o il primo bacio.

Attraverso i dati raccolti, le ricercatrici sono così giunte a una conclusione poco incoraggiante legata all'eccessiva comunicazione online. Secondo i risultati della ricerca, infatti, **l'uso massiccio di chat, email e social network per parlare delle proprie esperienze amorose** aumenta sensibilmente gli stati d'ansia nelle adolescenti, esponendole maggiormente alla depressione. Secondo le ricercatrici, a causa della giovane età le adolescenti non avrebbero strumenti sufficienti per affrontare sempre in maniera costruttiva i problemi amorosi, divenendo così vittime di ansie e frustrazioni. L'eccessiva comunicazione online contribuirebbe ad acuire tali condizioni, esponendo i soggetti maggiormente predisposti a seri rischi legati alla depressione.

Le conclusioni cui giunge lo studio delle ricercatrici della Stony Brook University lasciano, tuttavia, non poche [perplessità](http://news.cnet.com/8301-17852_3-10153941-71.html) sul rapporto "eccessiva comunicazione online - depressione". Prima ancora di confrontarsi in Rete attraverso le chat, le email e i social network, le adolescenti hanno modo di **condividere idee e dubbi sulle loro relazioni sentimentali in numerosi luoghi al di qua dello schermo** come scuola, bar, cinema o altri luoghi di ritrovo. Precedenti [studi](http://rcp.missouri.edu/articles/rose-girls-depression.html), del resto, avevano già dimostrato come le adolescenti che tendono a parlare molto delle loro esperienze amorose siano maggiormente esposte a stati di ansia e forte stress. Più che semplice causa della depressione tra gli adolescenti, la Rete appare dunque come uno dei possibili catalizzatori del fenomeno, alla stregua del cellulare o del tavolino di un bar.