



Centro per la  
Salute del  
Bambino

# **Dispositivi digitali e bambini 0-6 anni**

**Proteggere i bambini dagli schermi per promuovere relazioni di sviluppo**

**Giorgio Tamburlini**

**Convegno**

**“I risultati del Sistema di Sorveglianza 0-2 anni sui principali determinanti di salute del bambino -  
Raccolta dati 2022”**

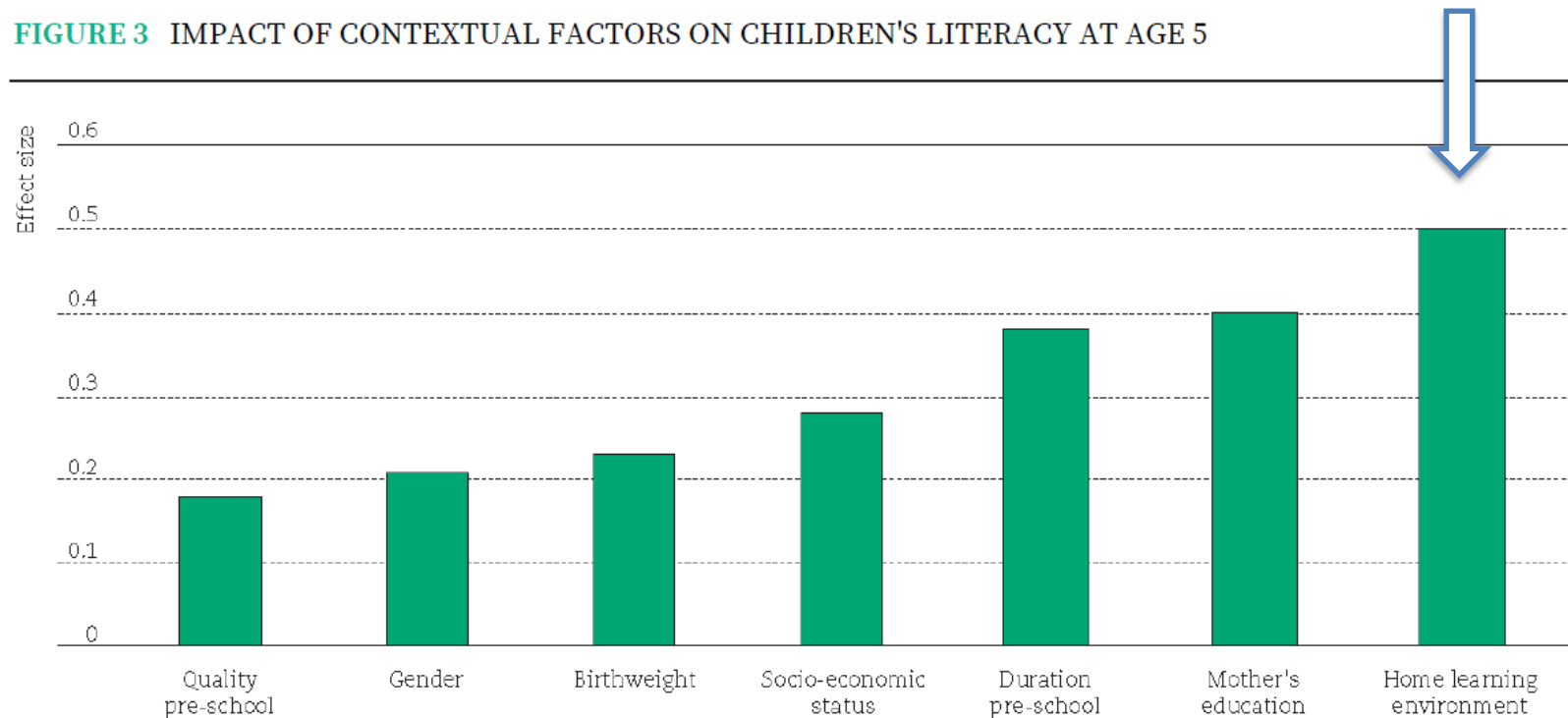
**Istituto Superiore di Sanità**

**Roma, 23 marzo 2023**



Il peso dell'ambiente familiare di apprendimento ai fini dello sviluppo delle competenze cognitive e socio-emotive è preponderante nei primi anni, e significativamente maggiore sia di quello dei servizi educativi sia dei determinanti sociali (SES, educazione)

**FIGURE 3** IMPACT OF CONTEXTUAL FACTORS ON CHILDREN'S LITERACY AT AGE 5



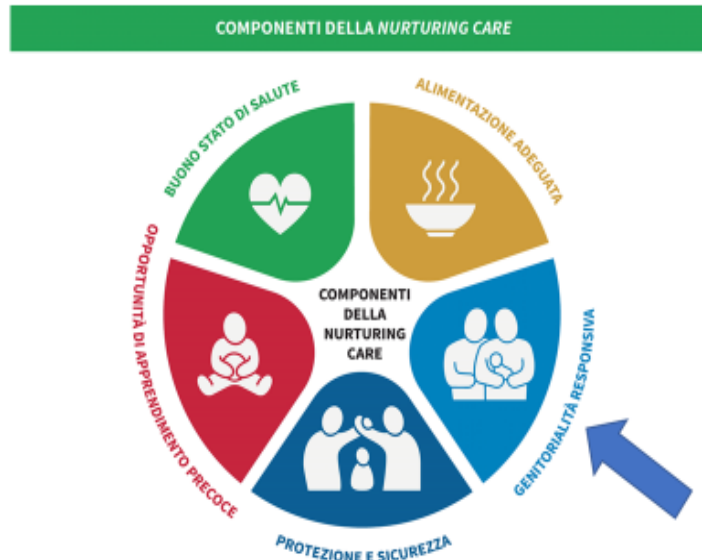
*Note:* Effect size compares the relative strength of different factors that influence children's literacy proficiency at age 5. It is expressed in the units of standard deviations where an effect of 0.1 is relatively weak, one of 0.40 is moderately strong, and an effect of 0.70 is strong.

*Source:* Melhuish, E. et al., (2008), "Effects of the home learning environment and preschool center experience upon literacy and numeracy development in early primary school", *Journal of Social Issues*, No. 64, pp. 95-114.



# LA NURTURING CARE

## PER LO SVILUPPO INFANTILE PRECOCE



- Nell'ambito dell'ambiente familiare, **«cosa fai e come lo fai»** e **«come sei» con il bambino conta ancora più di «chi sei»**, in termini di status sociale, occupazione, istruzione.
- «Cosa fai e come sei» con il tuo bambino è una buona definizione di **responsività genitoriale**.

World Health Organization, United Nations Children's Fund, World Bank Group. Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential. Geneva: World Health Organization, 2018. Versione italiana a cura del Centro per la salute del Bambino ([www.csbonlus.org](http://www.csbonlus.org))



Una “**genitorialità responsiva**”  
comprende, oltre alla disponibilità  
alla relazione, la capacità di

- cogliere bisogni e segnali del  
bambino,
- rispondere dimostrando interesse  
e affetto,
- dare supporto senza essere  
intrusivi,
- incoraggiare,

promuovere la regolazione emotiva  
e dei comportamenti attraverso  
l’esempio e la spiegazione,  
evitando ogni violenza fisica o  
verbale



**Se la responsabilità genitoriale è  
cruciale per lo sviluppo, quale  
lo spazio per le TD nei primi  
1000 gg?**

# I dati disponibili su bambini 0-6 e uso di dispositivi

**2016**

Questionario sull'utilizzo  
delle tecnologie digitali



**1349 FAMIGLIE**



**604 questionari pediatri**  
745 questionari online

**2019**

Indagine sulle buone  
pratiche in famiglia



**1723 FAMIGLIE**

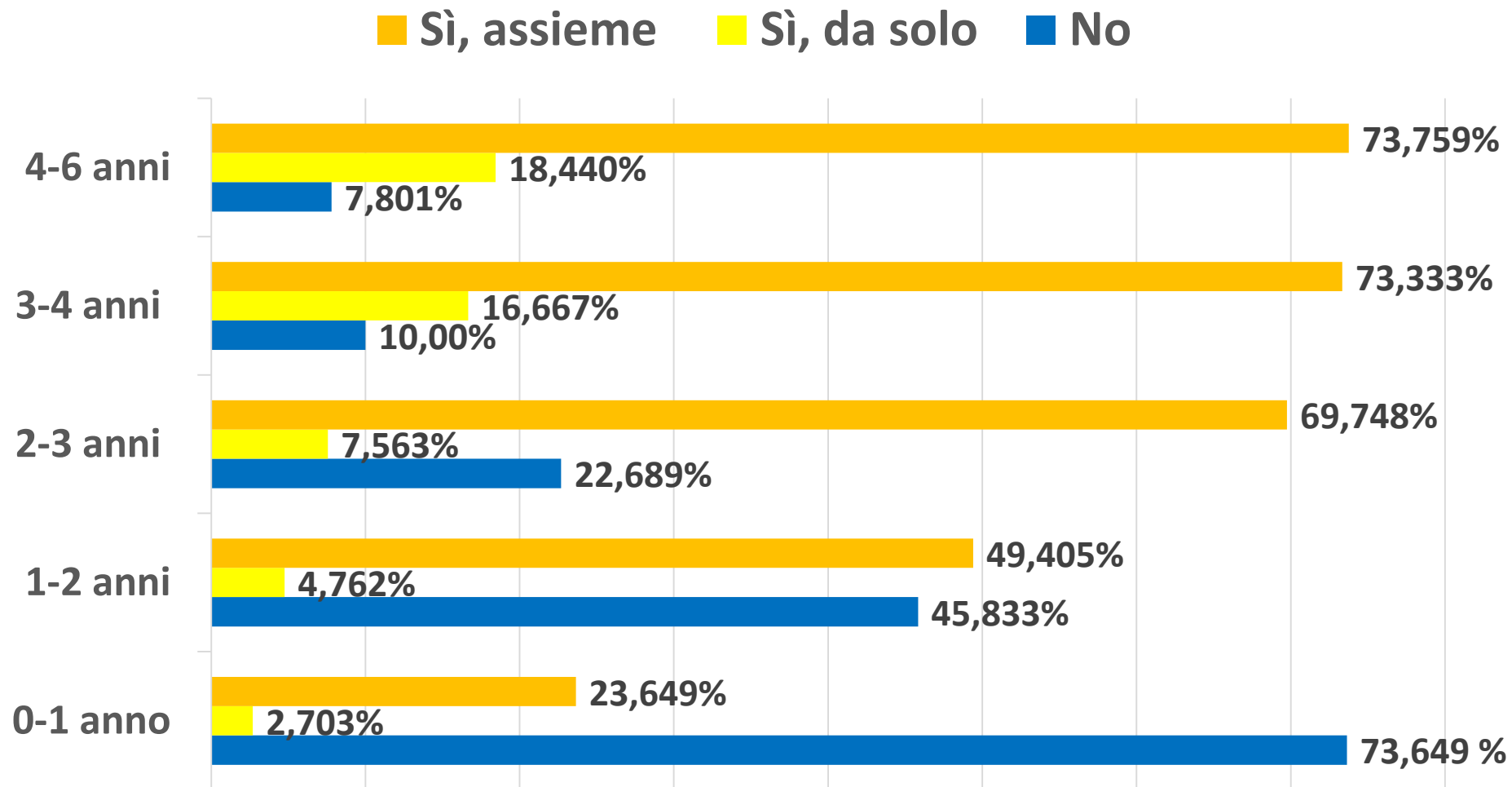


**398 questionari pediatri**  
1325 questionari online



# % utilizzo dei dispositivi (2019)

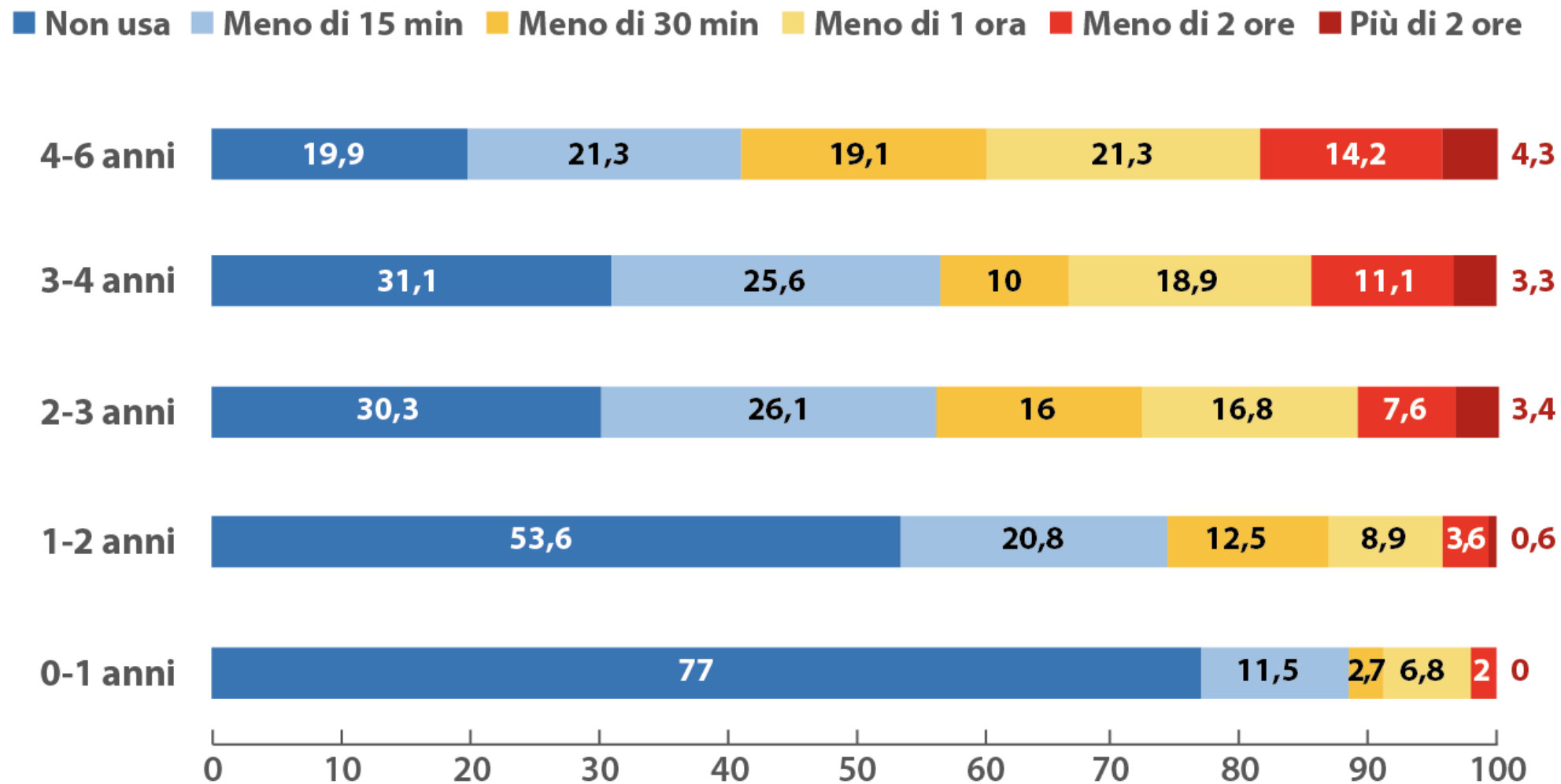
(non considerata la tv)



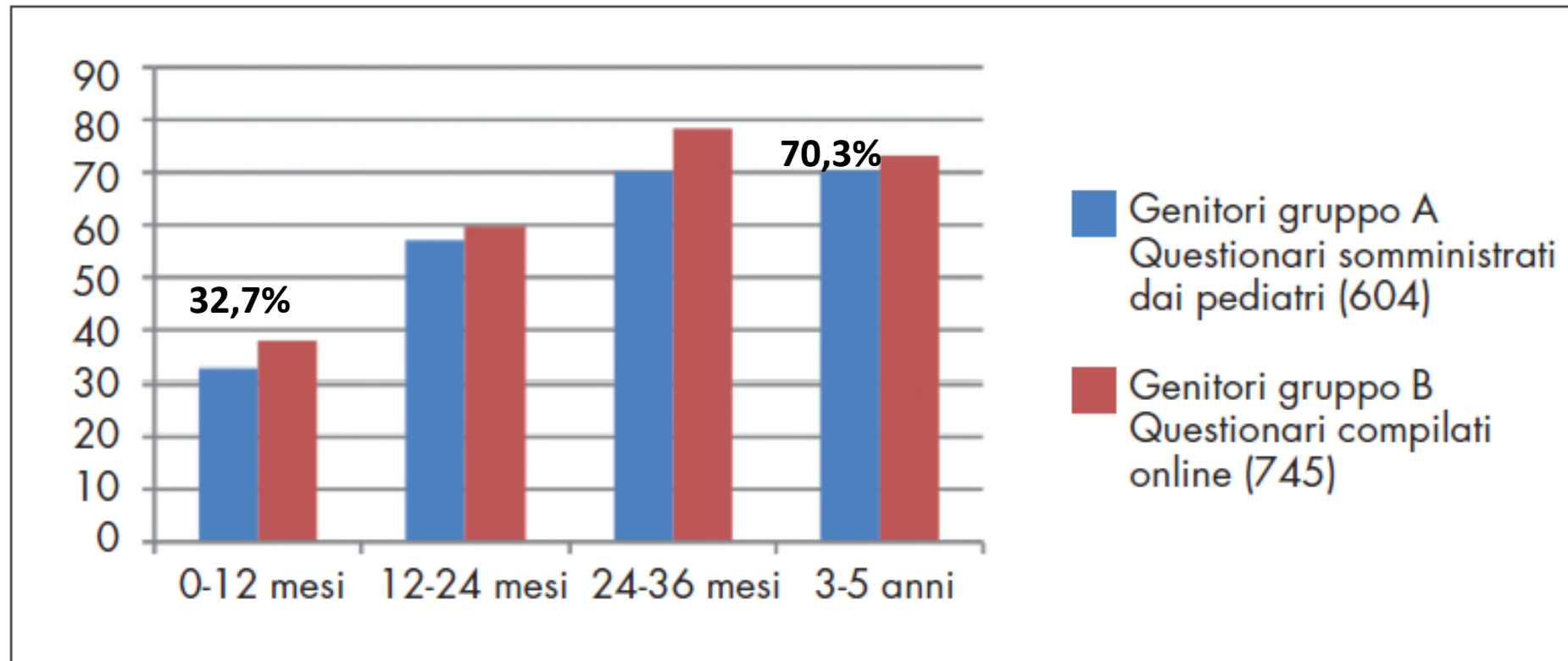


# % tempo di utilizzo (2019)

(non considerata la tv)



## Percentuale di genitori che utilizza lo smartphone o altro dispositivo per TENERE BUONO il bambino



0 – 12 mesi → MAI = 67,3% q. pediatri - 62,1% q. online



# Opinioni dei genitori (campione selezionato) circa l'utilizzo delle TD

È bene familiarizzare presto = **16,6%**

Mi piace vedere che è già molto abile = **11,8%**

Preferisco tenerlo lontano  
almeno fino ad una certa età = **38,9%**

Preferisco farlo giocare con altro = **63%**

*\*più di una risposta possibile*





**La conseguenza più preoccupante: tolgono tempo alla relazione !**



# Altri rischi per la salute fisica da considerare

Immobilità, e quindi:

- > **Obesità** (*Chassiakos 2016*)
- > **Diabete tipo 2** (*Hardy 2010*)
- > **Disturbi osteoarticolari**

**Disturbi visivi** (*Smahel 2015*)

**Disturbi del sonno** (*Cheung 2017*)



# L'uso delle tecnologie (tutti gli schermi) é associato alla riduzione del sonno (Cheung 2017)

Tempi di utilizzo nell'indagine (700 famiglie) :

- 51 % tra 6 e 12 mesi - durata media di 8-9 minuti al giorno
- 92 % tra i 25 e i 36 mesi - durata media di 45 minuti

- Riduzione del tempo di sonno notturno e incremento del tempo necessario per l'addormentamento serale
- Il tempo di sonno complessivo ( notturno più diurno) si riduce all' aumentare dell' uso delle TD.



# Implicazioni per lo sviluppo cognitivo

Ritardo sviluppo linguaggio (*Birken 2017*)

Incapacità sintesi, narrazione (*Wolf 2018*)

Problematiche apprendimento (*Purcell 2012*)



*I nuovi lettori saranno in grado di sviluppare i processi cognitivi complessi che richiedono più tempo e sono alimentati dai media stampati mentre assorbono e acquisiscono nuove capacità cognitive enfatizzate dai media digitali? [...] Impedirà la formazione di processi cognitivi più lenti, quali il pensiero critico, la riflessione personale, l'immaginazione e l'empatia che fanno tutti parte della lettura profonda?*

*Maryanne Wolf, (Il cervello che legge in un mondo digitale, 2019=*







“Crede che sia un touchscreen”.



Dove schiacci per  
fare lo scroll?



Non faccio lo scroll.  
Giro le pagine.  
È un libro.

Lane Smith, E' un libro  
Rizzoli 2010



## Quindi:

Al di sotto dei 2 anni:

- Dare Il buon esempio **nell'ambiente familiare**
- Evitare di darlo al bambino
- **Evitare l'utilizzo a tavola!**

Dopo i 2 anni:

- **CONDIVIDERE** guardando insieme lo schermo
- **Definirne tempo e modalità di utilizzo secondo regole**



## ...Per ridurre i rischi

- Preparare i bambini a leggere bene e in profondità, iniziando dai libri di carta
- Acquistare app di qualità pertinenti all'età del bambino / educative
- Evitare i videogiochi con contenuto aggressivo e violento (standard PEGI –Pan European Game Information)/competitivi





***È necessario  
suscitare l'interesse e l'amore  
dei bambini per altre attività e  
dimensioni  
della vita e delle relazioni,  
quali  
la lettura, la musica, il gioco, la  
scoperta  
della natura e dell'arte,  
l'attività fisica e  
sportiva.***

***Se al bambino sarà data l'opportunità,  
fin da piccolo, di conoscere e  
apprezzare altre attività, saprà utilizzare  
le nuove tecnologie senza esserne sopraffatto.  
È questa la strada maestra di  
ogni processo educativo.***



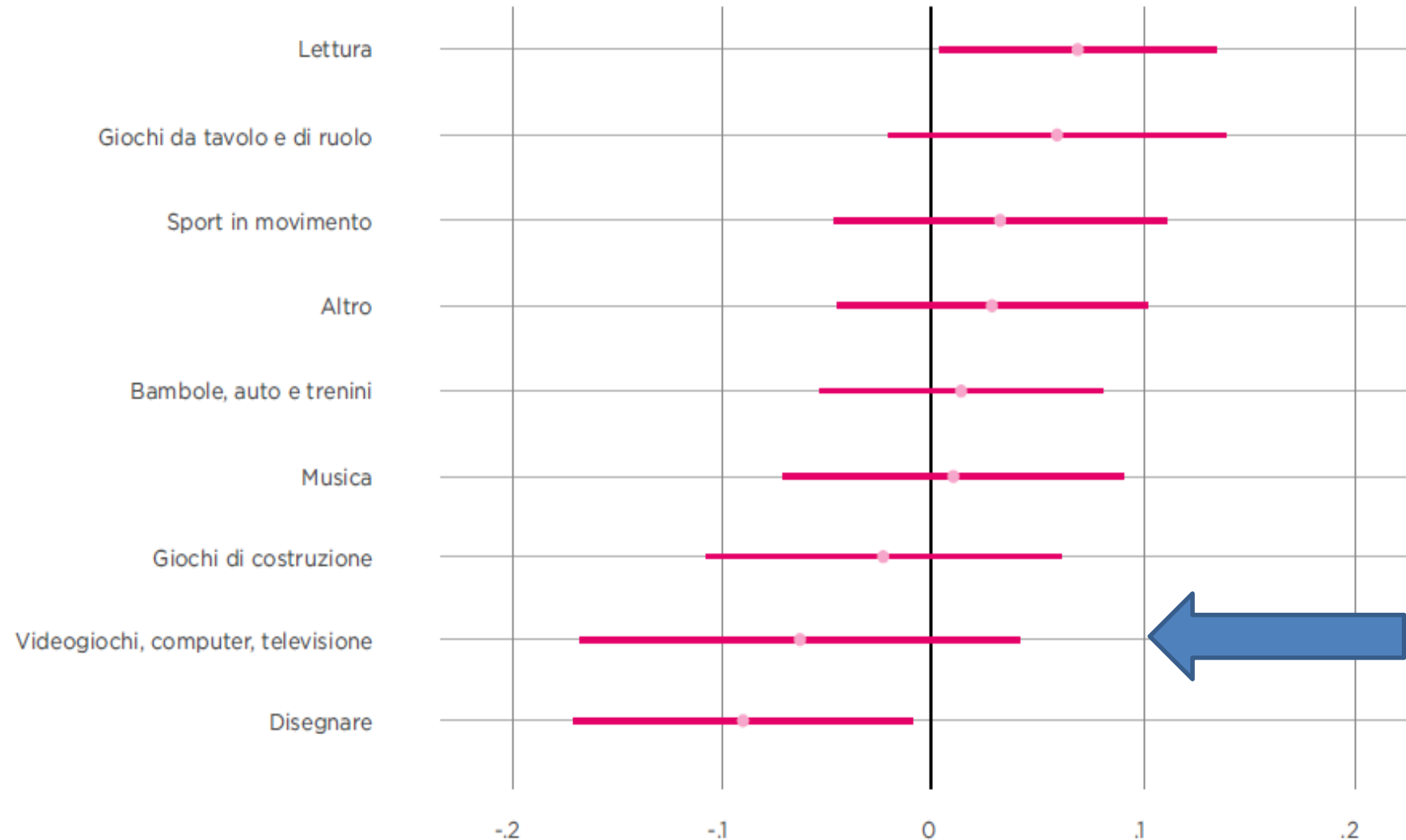


**se l'ambiente familiare è di questo tipo, lo spazio per le tecnologie digitali ci sarà, e sarà quello giusto...**



# L'impatto di Nati per Leggere sull'uso delle TD

Figura 18 - Impatto di NpL sulle preferenze per diverse attività



# Le APP educative



Coinvolgono, non distraggono  
Spingono i bambini a ragionare --> risolvere problemi  
Costruiscono significato --> esperienza nel mondo reale  
Stimolano le interazioni sociali



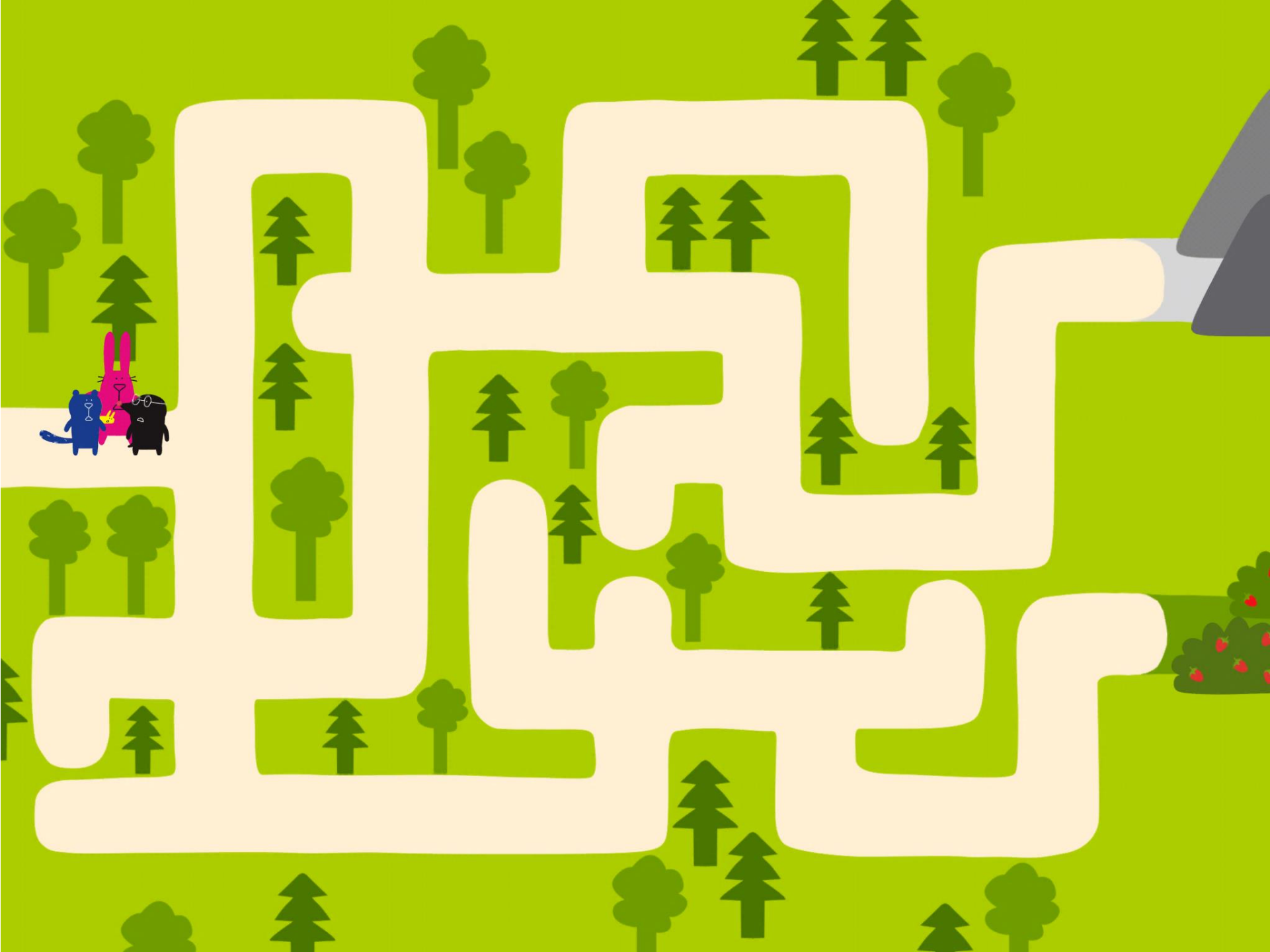


# Affamato come un lupo

Per i grandi







Hervé Tullet



Un

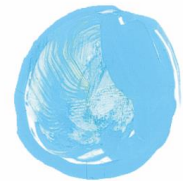


Gioco



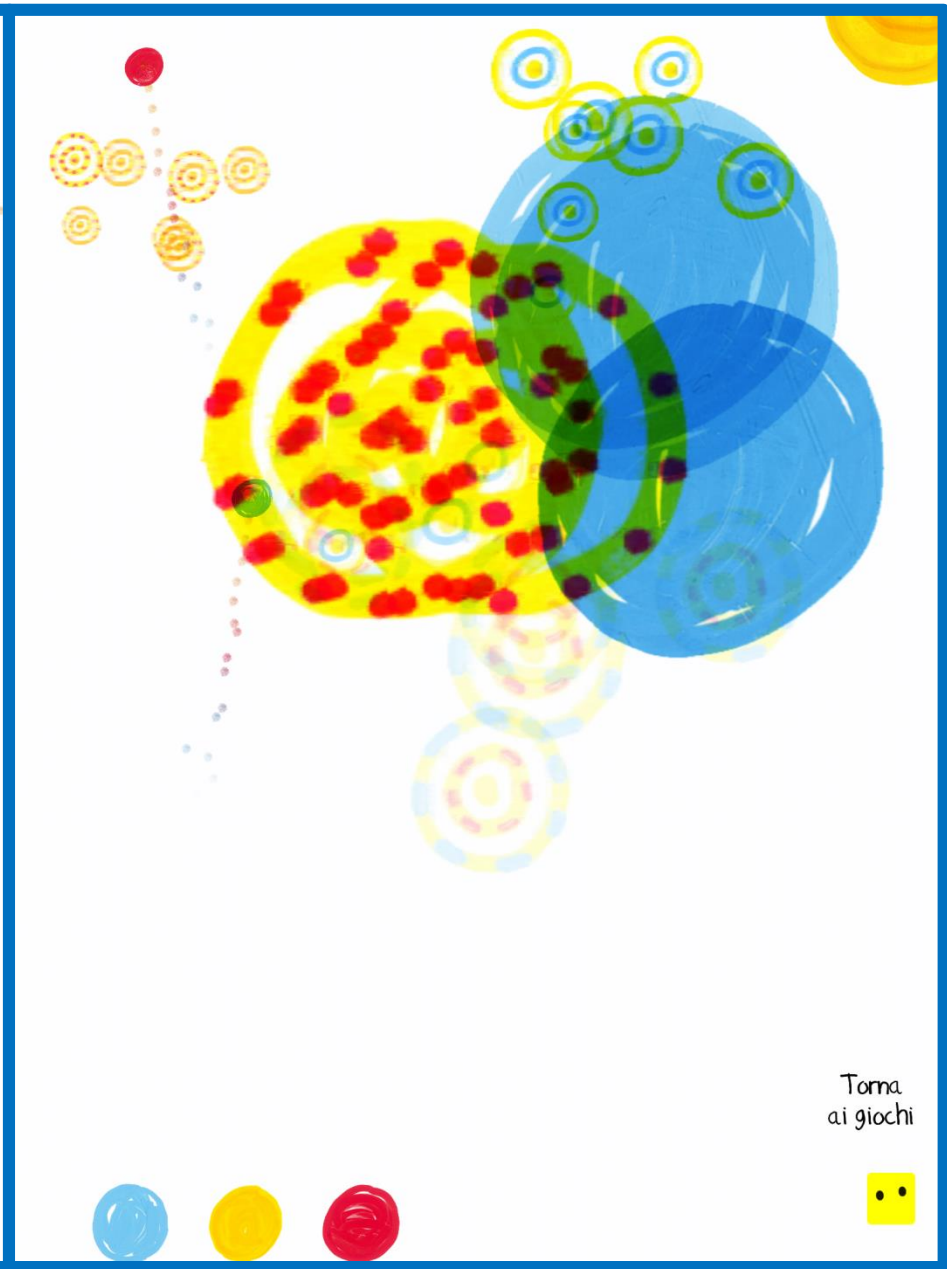
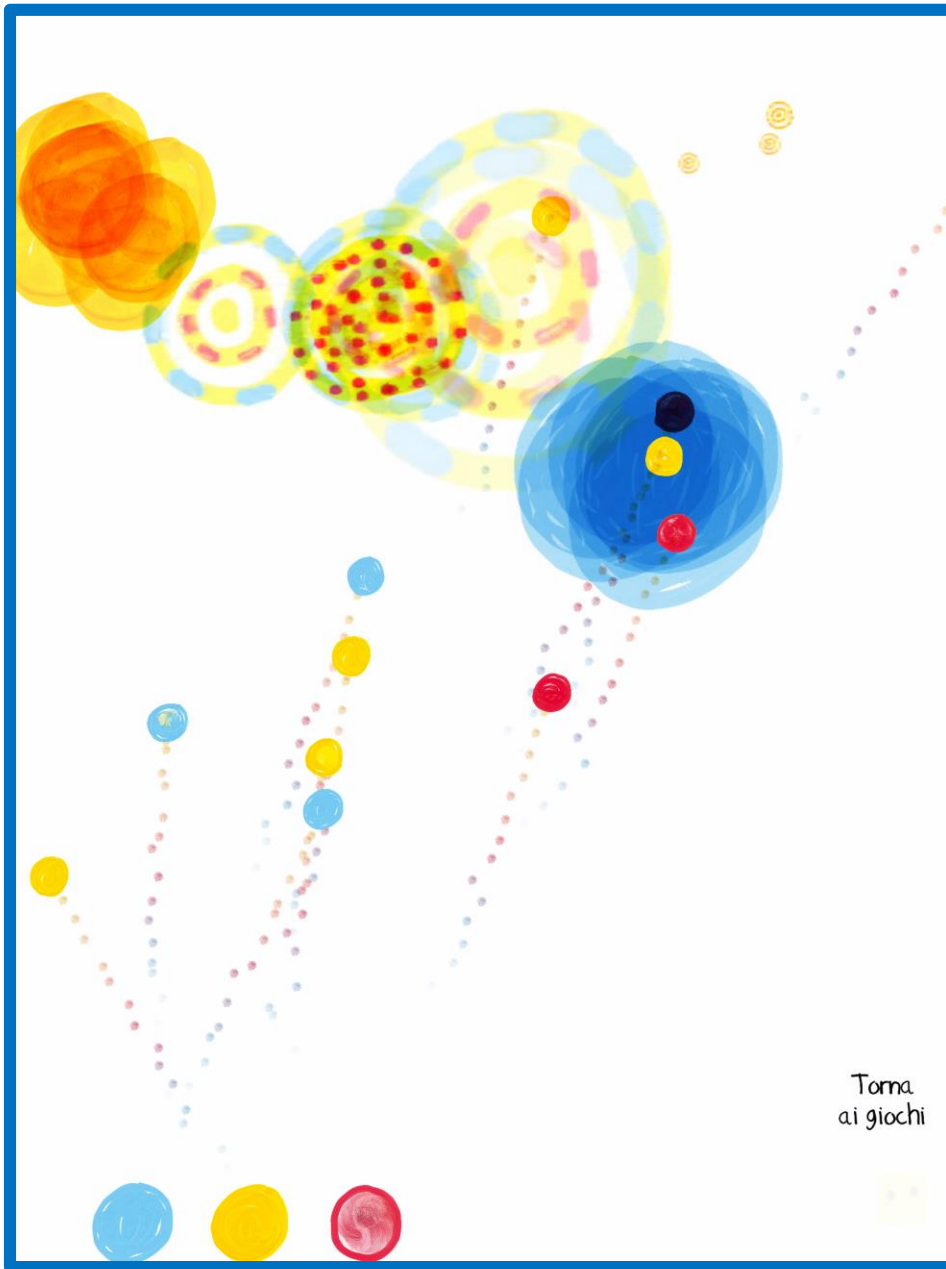


Musica



Fuochi  
d'artificio





# WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2019

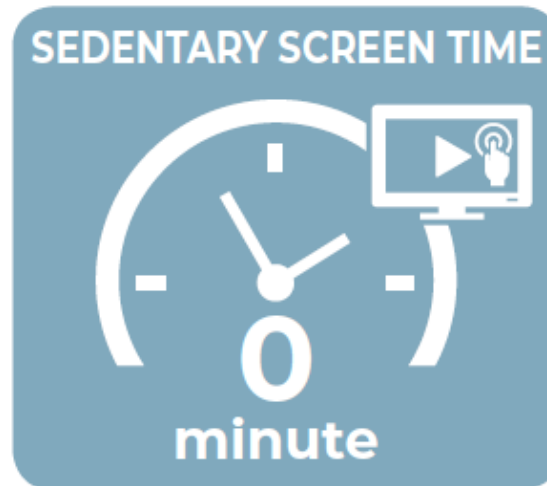
**Alcune indicazioni in merito ai tempi di utilizzo delle tecnologie nelle diverse fasce d'età**



Guidelines on physical activity,  
sedentary behaviour and sleep  
for children under 5 years of age

## 0-2 anni

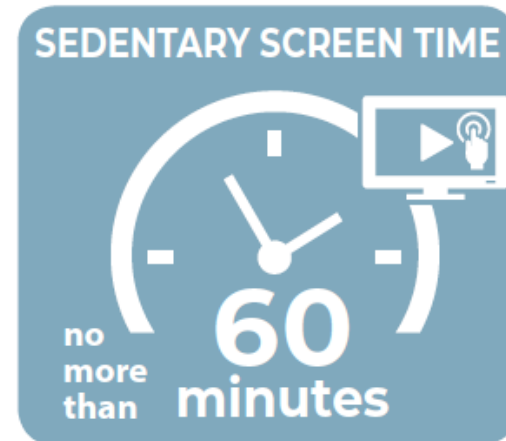
- **Non stare fermo per più di un ora** al giorno. Evitare l'uso della tecnologia, consigliata invece la lettura condivisa





## 2-3 anni

- **180 minuti di attività fisica** (almeno 60 minuti di attività intensa)
- Non stare fermi per più di un ora al giorno
- **Un ora al giorno al massimo di fronte allo schermo** (tv, tablet, cellulare), se meno è meglio
- Tra le **10 e le 13 ore di sonno** di qualità



# Per i pediatri e gli operatori

## Pensarci **FIN DA PICCOLI** Informare i genitori

L'uso delle TD costituisce tema da includere nei **consigli e nella guida anticipatoria già dai 6 mesi**, assieme alle buone pratiche (lettura condivisa, esperienza sonora, gioco, movimento libero...)





Regione Umbria



USLUmbria1



USLUmbria2

SALUTE INFANZIA 2.0



## BAMBINI E TECNOLOGIE

**Suggerimenti per un uso consapevole in famiglia  
nei primi anni di vita (0-6 anni)**

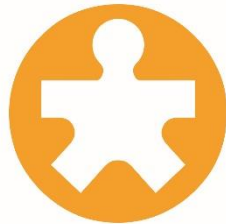
Per aiutare i bambini nei primi anni di vita (0-6 anni) a sviluppare fin da piccoli la capacità di fare un uso appropriato delle tecnologie digitali e per proteggerli dalla "dipendenza digitale" nelle età successive, più ancora che proibizioni e controlli, è necessario trasmettere e condividere insieme a loro il piacere di fare altre attività come stare all'aria aperta e relazionarsi con gli altri, leggere insieme, ascoltare la musica, giocare e fare attività fisica anche all'aperto.



**TECNOLOGIE**



[tamburlini@csbonlus.org](mailto:tamburlini@csbonlus.org)  
[valeria.balbinot@csbonlus.org](mailto:valeria.balbinot@csbonlus.org)



**Centro per la  
Salute del  
Bambino**