

---

## Stress e asma per i "drogati" di Facebook

**Autore:** Sara Fornaro

**Fonte:** Città Nuova

**Uno studio di cinque medici italiani denuncia: i social network nuova fonte di malessere psicologico.**

«Il primo pensiero quando accendo il pc è sapere se è arrivata qualche notifica, se sono stata “taggata” in qualche foto (magari scattata la sera prima), se mi hanno mandato quel regalino che tanto speravo per un particolare giochino». Eva, 23 anni, è una ragazza vivace piena di amici, impegnata in tante attività. Anche su Facebook, il *social network* numero uno al mondo che, spiega, «offre tante opportunità: fa ritrovare vecchi amici, condividere foto e video, creare gruppi. Però conosco ragazzi che controllano a tutte le ore le pagine degli ex, delle nuove fidanzate, dei loro amici intimi. Questo significa dipendere da Fb».

È la *friendship addiction*, o *social network addiction*, una nuova forma di dipendenza, che provoca assuefazione e astinenza, emicrania, tachicardia e stanchezza. I centri per curarla sono diffusi in tutta Italia e, solo al Policlinico Gemelli di Roma, sono circa 150 i casi trattati ogni anno.

Una nuova ricerca sull'utilizzo dei *social network* è stata pubblicata il 20 novembre sulla rivista medica *The Lancet*. A firmarla, cinque medici italiani che hanno studiato il caso di un diciottenne colpito da forti crisi di asma ogni volta che si collegava a Fb. Lasciato dalla fidanzata, che l'aveva “cancellato” dalle amicizie, il diciottenne aveva assunto una nuova identità, rientrando nel gruppo. Guardare la foto della ragazza, tuttavia, gli scatenava nuovi attacchi. «Questo caso – spiegano gli specialisti – indica che Facebook e i *social network*, in generale, possono essere una nuova fonte di stress psicologico», in grado, nei soggetti asmatici, di aggravare la patologia.

Ma quanto tempo si passa su Fb? Un'applicazione permette di calcolarlo e i risultati sono sorprendenti. Inquietanti. «Sono stato quasi tre ore su Fb. Per poco non ci restavo secco quando me ne sono accorto...». Ecco perché, per un po', Ciro ha deciso di “staccare la spina”. Carminia, invece, ha sempre detto no. «Fb ha molti vantaggi – spiega questa studentessa – ma è ad alto rischio “dipendenza”. Molte persone sentono la necessità di condividere ogni evento della loro vita, ogni stato d'animo. Mi sembra esagerato».

Il fascino di Facebook ha travolto anche Renée. «Mi sono iscritta – racconta – in un momento difficile per distrarmi, fare nuove conoscenze. Fb è un mondo matto, che mi allontana dalla realtà. La *privacy* non esiste, tutti sanno tutto di tutti. Passano le ore e non me ne accorgo. È alienante. È diventata una droga ed ora – scherza – dovrei disintossicarmi. Naturalmente, preferisco i rapporti *vis-à-vis*».