

# Mamma, mi compri il tablet?

**O**rmai, è uno degli oggetti del desiderio più ambiti dai bambini. È il tablet, sempre più utilizzato per leggere, lavorare e svagarsi. Ce ne sono di tutti i tipi e, naturalmente, per tutte le età. Ma quando i nostri figli riusciranno ad ottenere il proprio, sospirato, tablet? Molto dipende dalla capacità del sistema nervoso dei genitori di resistere alle loro pressanti implorazioni.

D'altra parte, confusi da pareri divergenti, con studiosi che ipotizzano un ruolo positivo di questi apparecchi elettronici nello sviluppo cognitivo dei bambini e medici che, invece, ne temono eventuali effetti negativi, sempre più spesso le mamme e i papà non sanno come comportarsi e, quasi senza accorgersene, si ritrovano con un tablet tra le mani e delle regole da stabilire.

Stando alle ricerche condotte in vari Paesi, non è ancora possibile stabilire con certezza se l'utilizzo del tablet, ma anche dello smartphone, faccia male. È certo, però, che la sedentarietà, nei bambini, può provocare obesità, nonché aumentare il rischio di diabete di tipo 2, malattie cardiovascolari e ictus. Queste apparecchiature elettroniche, tuttavia, possono offrire anche molte opportunità: basti

Le richieste dei bambini cominciano dalla tenerissima età. Come rispondere? I consigli dei pediatri



**I nuovi computer portatili possono aiutare i bambini autistici ad esprimersi meglio, come nel caso di Grady, tre anni, che nella foto abbraccia la mamma Tara.**

pensare al ruolo che svolgono per l'istruzione dei bambini nei Paesi in via di sviluppo.

A guardare i numeri, però, si resta impressionati. Rifacendosi al Regno Unito, i ricercatori hanno infatti

calcolato che un bambino che nasce oggi a sette anni avrà trascorso un anno della sua vita, 24 ore su 24, davanti a un computer, un tablet, alla tv o a un videogioco. A 18 anni, gli anni saranno addirittura tre.

In Italia molti medici consigliano di vietare l'uso dello smartphone e del tablet ai bambini con meno di dieci anni. Questo perché, spiegano gli specialisti della Società italiana di pediatria preventiva e sociale, l'utilizzo costante e prolungato del cellulare o di altri strumenti elettronici simili

può provocare isolamento, aggressività, perdita di concentrazione, emicrania e insonnia.

Se però si acquista un tablet al proprio bambino, meglio disconnettere Internet, per evitare brutte sorprese e perdite di denaro. Non solo. Secondo quanto denunciato da Simone Feder, del movimento No-slot, tra le migliaia di applicazioni che contribuiscono a diffondere la cultura del gioco d'azzardo, ce ne sono decine che si rivolgono ai bambini, con slot machine che consentono di vincere cascate di monetine con cui acquistare ciò che nel gioco non si è riusciti a conquistare. Meglio vigilare con attenzione, dunque!

Sarebbe poi importante stabilire un tempo di utilizzo (e rispettarlo!), scegliere con cura applicazioni (costruttive) adeguate all'età del proprio figlio e giocare con lui. Ogni bambino dovrebbe poi trascorrere, ogni giorno, almeno una o due ore all'aria aperta, facendo sport o giocando con gli amici (veri, non virtuali). E non dimentichiamo che, anche se un tablet può offrire tante opportunità, non potrà mai sostituirsi alle attività manipolative, come le costruzioni, che insegnano ai piccoli a sviluppare abilità spaziali e cognitive, a muoversi correttamente nello spazio, a non soffrire di vertigini e a concentrarsi meglio. ■