



**Gaia Dussi<sup>o</sup>, Aurora Riccobono<sup>o</sup>, Caterina Tosini<sup>o</sup>, Claudia Torretta\*, Caterina Galletti<sup>oo</sup>**

<sup>o</sup>Infermiere in formazione magistrale in Scienze infermieristiche e ostetriche, UCSC Roma.

\*Coordinatore Infermieristico P.O. Governo assistenziale Dip.to Professioni AO San Camillo Forlanini, Roma.

<sup>oo</sup>Coordinatore attività pratiche e di tirocinio Laurea magistrale in Scienze infermieristiche e ostetriche, UCSC Roma.

## Introduzione

Molto si è scritto sull'effetto dell'uso di videogiochi e smartphone tra adolescenti; le evidenze dimostrano come i videogiochi provochino depressione, deficit di attenzione e iperattività anche se questa associazione causa-effetto rimane ancora controversa e i PVG non sono inseriti nel DSM-5.

Data la rilevanza del fenomeno, un gruppo di infermieri ha indagato le abitudini sull'uso di videogiochi e smartphone tra gli adolescenti di una parrocchia romana per acquisire informazioni mirate e valutare possibili interventi.

Le interviste semi-strutturate, svolte con 20 giovani (età 14-18 anni) tra agosto e settembre 2017, hanno evidenziato che tutti possiedono uno smartphone, utilizzato in media 5 ore al giorno per i videogiochi (5 ragazzi) e per chattare (19 ragazzi) con Instagram, WhatsApp e Facebook.

L'indagine ha confermato il profilo 'social' degli adolescenti e che non vi è uso patologico. Stante la giovane età degli intervistati si ritiene utile far acquisire conoscenze sulle dipendenze da videogiochi e smartphone.

## Definizione degli obiettivi

Attivare un corso di educazione alla salute per illustrare i rischi sul benessere psicofisico dell'uso non appropriato di videogiochi e smartphone e promuovere comportamenti positivi.

## Pianificazione degli interventi

- \* Individuazione dei formatori (infermieri esperti in educazione sanitaria).
- \* Elaborazione del programma (con metodologie didattiche partecipate per l'acquisizione di stili di comportamento proattivi). La durata prevista è di ore 5.
- \* Individuazione dello strumento di valutazione (i ragazzi devono illustrare con cartelloni, vignette, etc., i comportamenti rischiosi e i possibili correttivi).
- \* Reperimento dei locali dove effettuare il corso e delle apparecchiature didattiche.
- \* Preparazione del materiale didattico (opuscoli informativi e video) e diffusione dell'iniziativa (con i social).

## Verifica dei risultati

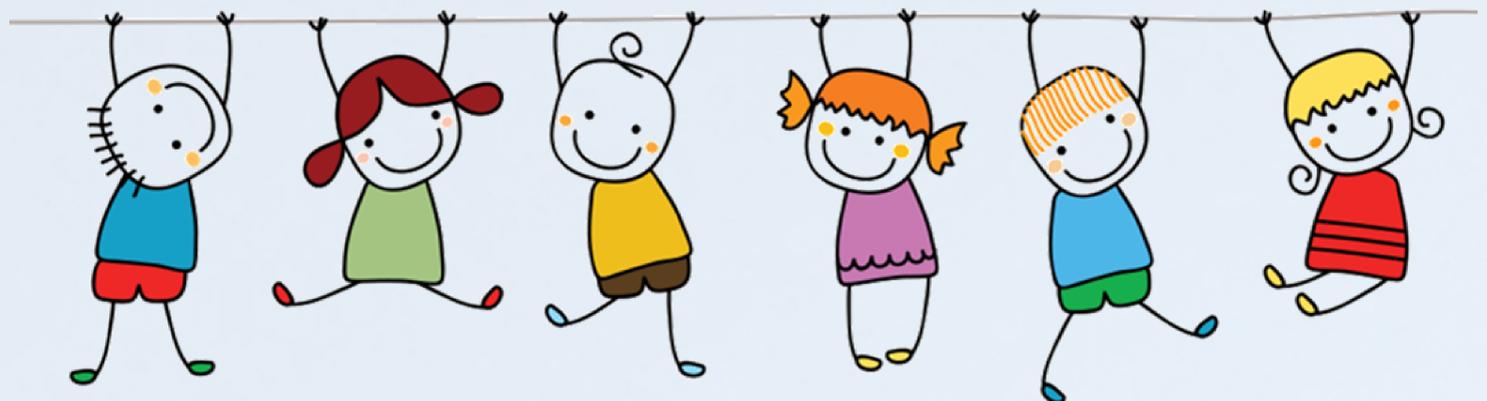
Il livello di efficacia del corso è valutato attraverso le illustrazioni prodotte dagli adolescenti; per verificare la ritenzione delle conoscenze, dopo sei mesi sarà svolta una nuova intervista.

I risultati saranno diffusi localmente e con un articolo.

## Conclusioni

Videogiochi e smartphone sono diventati parte integrante della vita dei giovani d'oggi. È importante che i ragazzi siano consapevoli di quali sono i rischi dovuti alla dipendenza da smartphone e videogiochi e siano a conoscenza dell'esistenza di figure in grado di guidarli e formarli nel corretto uso di tali strumenti, che permettono sia di aprire le porte verso una realtà virtuale sia di chiudere quelle del mondo reale.

Questo progetto vuole promuovere l'adozione di comportamenti proattivi a tutela della loro salute.



- Carras, M. C., Van Rooij, A. J., Van de Mheen, D., Musci, R., Xue, Q. L., & Mendelson, T. (2017). Video gaming in a hyperconnected world: A cross-sectional study of heavy gaming, problematic gaming symptoms, and online socializing in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 68, 472-479.
- Sharma, M. K., & Mahindru, P. (2015). Video game addiction: Impact on teenagers' lifestyle. *The National Medical Journal of India*, 28(6), 282-283.
- Zastrow, M. (2017). News feature: Is video game addiction really an addiction? *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 114(17)4268-4.