

Smartphone, social e salute mentale. Così il mondo sta perdendo i suoi adolescenti

C'è una generazione che non ha conosciuto cabine telefoniche, pomeriggi irreperibili o amicizie costruite suonando al citofono. È cresciuta con uno schermo acceso in mano, con una notifica come primo buongiorno e un algoritmo come compagno quotidiano. Una generazione connessa ventiquattr'ore su ventiquattro, teoricamente più vicina al mondo che mai, ma che paradossalmente si scopre sempre più sola, più fragile, più ansiosa. Oggi i numeri raccontano qualcosa che non può più essere liquidato come un semplice cambio di abitudini: siamo davanti a una vera emergenza sanitaria, educativa e sociale, che dagli ospedali pediatrici alle scuole, dalle famiglie ai governi, sta ridisegnando il volto dell'adolescenza contemporanea.

A Torino, il campanello d'allarme è diventato ormai un dato clinico. In poco più di dieci anni gli accessi in pronto soccorso per crisi psichiatriche, autolesionismo, tentativi di suicidio e disturbi comportamentali tra adolescenti sono passati da poco più di duecentocasi l'anno a oltre milleseicento. Un aumento che sfiora il 600% e che gli specialisti non considerano più un'anomalia post-pandemica, ma il segnale di una trasformazione profonda, strutturale.

La crisi psicologica al Salone del Libro di Torino

È da qui che parte la riflessione promossa dall'Ordine dei Medici di Torino, che il 15 maggio al Salone Internazionale del Libro di Torino porterà al centro del dibattito il tema "Crescere con lo smartphone in mano". Il quadro emerge dai dati del progetto internazionale HBSC – Health Behaviour in School-aged Children – coordinato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e pubblicato nel 2025.

In Italia l'uso problematico dei social riguarda il 13,5% degli adolescenti, poco più di un su otto. In Piemonte la percentuale è del 12,4%, ma il dato diventa ancora più significativo osservando la componente femminile: tra le ragazze di tredici anni una su cinque, il 20,5%, presenta già comportamenti compatibili con una forma di dipendenza digitale. Non semplice utilizzo frequente, ma incapacità di interrompere la connessione, bisogno compulsivo di controllare notifiche e contenuti, irritabilità quando si è offline, interferenze con sonno, studio e relazioni personali.

Parallelamente peggiora la percezione della propria salute. Se a undici anni una ragazza piemontese su tre definisce il proprio stato fisico e mentale "eccellente", a diciassette anni questa quota precipita



