

GIOVANNA PEDRONI / presidente Giovani del Centro

## SOTTO IL PESO DEL DIGITALE: UNA SOCIETÀ CHE IMBARCA ACQUA

**P**er molto tempo, ci si convince che basti spostare il peso, sistemare le vele, confidare nella fortuna. Ma quando l'acqua inizia a riempire la stiva, non ci sono più mezze misure: bisogna agire con decisione, altrimenti si affonda.

Questa barca, oggi, è la navigazione digitale dei nostri giovani. Un piccolo, ma onnipotente, oggetto di appena 200 grammi rischia di pesare in modo insostenibile sul lo-

ro futuro. Quando una situazione degenera a tal punto da imbarcare acqua, minare sonno, attenzione e relazioni sociali, anche la politica ha il dovere di intervenire: definire regole comuni non è un'ingerenza, ma una necessità. Non possiamo più delegare solo a famiglie e singoli istituti il compito di contrastare una trasformazione così profonda e rapida, alimentando disuguaglianze e lasciando i singoli disorientati.

Le evidenze scientifiche sono incontestabili: la luce blu degli schermi compromette la

produzione di melatonina, generando un'epidemia di stanchezza che si estende dalle ore notturne all'ambiente scolastico. L'iper-stimolazione costante ha prodotto un calo delle capacità attentive, ostacolando l'apprendimento profondo e la concentrazione. Il dibattito si sposta, sempre più, dalle aule virtuali a quelle fisiche, dove si osservano adolescenti isolati, incapaci di interazioni dirette e di quel confronto che è linfa vitale per la crescita emotiva e sociale. L'uso intensivo dei dispositivi sta minando la salute mentale dei nostri ragazzi, con un aumento significativo di ansia e sintomi depressivi. E queste sono le conseguenze immediate, ma cosa ne sarà della società tra 10 anni?

Il 2 settembre è stata quindi lanciata l'iniziativa «Smartphone: a scuola no!». Una misura semplice, chiara, uguale per tutti: durante l'orario scolastico, lo smartphone rimane

fuori dalla porta. Evitare l'utilizzo dello smartphone a scuola non è un'imposizione, ma un atto di responsabilità. È togliere il peso che fa inclinare la barca, per rimetterla in rotta verso i suoi scopi originari: l'apprendimento, la socializzazione, il movimento e la relazione umana. Significa costruire un argine contro un mare di distrazioni e di pressioni sociali che oggi minaccia la salute e il benessere dei nostri giovani.

Lasciare lo smartphone a casa, per la scuola, non è solo un atto urgente, ma è anche evitare di trovarsi domani a gestire costi sociali ed economici ben più elevati e tentare di evitare che la nostra società di domani si trovi ad affondare. È un investimento nel futuro dei nostri ragazzi, un gesto di lungimiranza e protezione che riconferma la centralità della scuola come ambiente di crescita sicuro e protetto.