

Dimitri A. Christakis

BMC Medicine, 2010,8,61

Commentary Open Access

Abstract

La dipendenza da Internet, pur non essendo ancora ufficialmente codificata all'interno di un quadro psicopatologico, è oggi riconosciuta come una condizione potenzialmente problematica con molti parallelismi rispetto a disturbi esistenti già riconosciuti; essa sta crescendo sia in prevalenza che nella coscienza della popolazione generale.

Il rapido aumento del numero di persone che accedono ad una connessione Internet, relativamente illimitata, aumenta notevolmente la possibilità che coloro i quali soffrono di una sottostante comorbidità psicologica possano essere a più grave rischio di sviluppare tale dipendenza fino ad oggi poco studiata.

In questa breve review, l'Autore delinea le sue proprie raccomandazioni per migliorare la diagnosi, lo studio e la prevenzione della dipendenza da internet.

Stato attuale

Le stime internazionali per questo tipo di disordine negli adolescenti variano grandemente:

- in Europa la prevalenza è riportata tra l'1 e il 9%, [2-6],
- in Medio Oriente la prevalenza è riportata tra il 2 e il 12 %, [7-9]
- In Asia la prevalenza è riportata tra il 2 e il 18%, [10-17].

Queste stime devono essere tuttavia interpretate con una certa cautela; sono state usate scale differenti, di discutibile validità e i risultati sono così contrastanti da rendere difficili delle vere generalizzazioni.

Il campo è inoltre ostacolato dalla debolezza metodologica delle ricerche esistenti e molti studi iniziali hanno condotto in internet indagini volontarie senza misurabili denominatori (ovvero senza una certa popolazione campionata che consentisse di calcolare la prevalenza del fenomeno [18,19]. Al di là delle questioni di campionamento, il dibattito è comunque rivolto principalmente al fatto se la dipendenza da internet esista realmente come entità. Attualmente non è un disordine formalmente riconosciuto, anche se la dipendenza da internet è considerata nella stesura del prossimo DSM-V [20].

Discussione

Indipendentemente dal fatto che la dipendenza da Internet sia o meno codificata all'interno di un quadro psicopatologico, è giusto dire che le caratteristiche del fenomeno presentano la potenzialità di un problema. In assenza di formali criteri diagnostici, la maggior parte dei ricercatori attualmente modellano l'uso problematico di internet su quello del gioco d'azzardo problematico, estrapolando da un comportamento compulsivo non da sostanza, ad un'altro.

In generale le principali componenti di una forma di dipendenza comprendono:

- l'assillante e totale preoccupazione per una sostanza o per un dato comportamento
- ripetuti e fallimentari tentativi di ridurla o abbandonarla
- disturbi dell'umore legati alla progressiva riduzione dei tentativi
- un maggiore utilizzo di quanto previsto o desiderato
- mettere in pericolo lavoro, relazioni sociali e affettive
- mentire circa l'utilizzo.

Tutti questi criteri, almeno teoricamente, possono essere osservati con l'uso problematico di Internet.

In realtà, per la maggior parte degli studiosi, il dibattito non è tanto se esiste, condizione oramai accettata, ma quanto sia realmente prevalente.

In ogni caso, va notato che i modi di paragonare la dipendenza da Internet al gambling problematico sono inadeguati.

Tutti i comportamenti o tutte le sostanze che hanno dimostrato di condurre alla dipendenza, ad esempio come l'alcool, il gioco d'azzardo, il tabacco o le altre droghe, hanno vincoli strutturali nel loro uso sia per legge o per convenzioni sociali.

Ad es. consumare alcool in ufficio o a scuola è come mostrare chiaramente di avere un certo tipo di problema; al contrario, inviare email o navigare sul web è non comporta tali giudizi.

Le influenze culturali spingono e facilitano il fatto di perdere tempo "online".

Secondo le nostre attuali conoscenze esiste una predisposizione genetica alle dipendenze comportamentali e le ricerche esistenti sulla dipendenza da internet hanno evidenziato che sottopopolazioni specifiche sono a maggior rischio, compresi coloro i quali presentano altre comorbidity, incluso la ADHD, depressione e isolamento sociale (21-25)

Questi fattori di rischio confermano ulteriormente l'idea della validità del disordine, considerato che gli stessi fattori si osservano e si associano in altre dipendenze comportamentali così come nelle dipendenze da abuso di sostanze.

Dato che questa generazione di giovani sta conducendo il passaggio ad una società completamente cablata [29], essi meritano adeguate garanzie e protezioni contro i rischi connessi alla rivoluzione tecnologica.

Ecco cosa è necessario e rapidamente:

in primo luogo,

una definizione di dipendenza da internet convalidata e applicabile sia ai bambini che agli adolescenti. Le attuali misure di dipendenza sono previste per gli adulti non sono state ben validate negli adolescenti e molte caratteristiche sono di limitata applicabilità per queste popolazioni.

in secondo luogo,

una migliore comprensione scientifica di che tipo di utilizzo determina un maggior rischio di dipendenza. Ad esempio, come con la televisione, è probabile che anche per Internet non è soltanto la quantità di tempo trascorso online, ma la modalità di "stare" che determina i suoi effetti [30]. In particolare, i giochi di realtà virtuale, dove i partecipanti assumono altre identità o collaborano con altri giocatori in tutto il mondo, possono provocare un più elevato rischio di dipendenza, poiché la presenza online frequente e continua è indispensabile ed è prevista; inoltre, uscire dal gioco, può comportare avere delle "penalità". Il margine di profitto di questi nuovi giochi basati sull'abbonamento è fondato interamente sulla capacità di trattenere la gente a giocare e quindi a pagare.

I fornitori di questi prodotti hanno quindi un incentivo perverso e conveniente a sviluppare giochi che inducono dipendenza.

in terzo luogo,

efficaci strategie di prevenzione primaria devono essere testate, sviluppate e implementate.

E' importante porre dei limiti di tempo da passare sui monitor di qualsiasi tipo per tutti i bambini ma con l'avvento di un accesso universale questi sono sempre più difficili da applicare [31]. I genitori e gli insegnanti hanno bisogno e richiedono approcci che abbiano dimostrato reale efficacia e che permettono anche un sano utilizzo di Internet.

quarto,

è importante una **prevenzione mirata verso i bambini a più alto rischio di dipendenza**. I bambini con preesistenti patologie psicosociali possono essere più vulnerabili e il loro utilizzo di internet dovrebbe essere più esplicitamente monitorato e regolato.

Conclusione

Secondo l'Autore la più grande preoccupazione di fronte a questo campo di ricerca è la benevolenza, la mancanza di preoccupazione generale verso la dipendenza da Internet. In alcuni casi, questo atteggiamento nasce dall'ignoranza.

Troppi genitori sono semplicemente all'oscuro di ciò che i loro figli fanno online e quali rischi ciò potrebbe comportare

La cosiddetta *divisione digitale* del 21 ° secolo *separa i genitori dai loro i bambini.*

In altri casi, la compiacenza nasce dallo **scetticismo**. Più o meno allo stesso modo in cui i sostenitori del tabacco non accettavano le iniziali ricerche che collegavano il fumo al cancro; questi scettici sono pronti a sottolineare i limiti della ricerca attuale come un modo per mettere in dubbio l'intero campo.

Non c'è dubbio che rispetto alla dipendenza da Internet la ricerca è agli inizi e che la qualità complessiva dei dati esistenti è modesta nella migliore delle ipotesi, ma ciò non dovrebbe impedirci di considerare ciò come è un serio problema emergente.

References

1. Jang KS, Hwang SY, Choi JY: Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. *J School Health* 2008, 78(3):165-171.
2. Kaltiala-Heino R, Lintonen T, Rimpela A: Internet addiction? Potentially problematic use of the Internet in a population of 12-18 year-old adolescents. *Addiction Res Theory* 2004, 12(1):89-96.
3. Pallanti S, Bernardi S, Quercioli L: The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: prevalence and related disability. *CNS Spectr* 2006, 11(12):966-974.
4. Siomos KE, Dafouli ED, Braimiotis DA, Mouzas OD, Angelopoulos NV: Internet addiction among Greek adolescent students. *Cyberpsychol Behav* 2008, 11(6):653-657.
5. Villella C, Martinotti G, Di Nicola M, Cassano M, La Torre G, Gliubizzi MD, Messeri I, Petruccelli F, Bria P, Janiri L, Conte G: Behavioural addictions in adolescents and young adults: results from a prevalence study. *J Gambli Stud* 2010.
6. Zboralski K, Orzechowska A, Talarowska M, Darnosz A, Janiak A, Janiak M, Florkowski A, Galecki P: The prevalence of computer and internet addiction among pupils. *Postepy Hig Med Dosw (Online)* 2009, 63:8-12.
7. Ghassemzadeh L, Shahraray M, Moradi A: Prevalence of internet addiction and comparison of internet addicts and non-addicts in Iranian high schools. *Cyberpsychol Behav* 2008, 11(6):731-733.
8. Canbaz S, Sunter AT, Peksen Y, Canbaz MA: Prevalence of the pathological internet use in a sample of Turkish school adolescents. *Iranian J Public Health* 2009, 38(4):64-71.

9. Canan F, Ataoglu A, Nichols LA, Yildirim T, Ozturk O: Evaluation of psychometric properties of the internet addiction scale in a sample of Turkish high school students. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* 2010, 13(3):317-320.
10. Cao F, Su L: Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child Care Health Dev* 2007, 33(3):275-281.
11. Deng YX, Hu M, Hu GQ, Wang LS, Sun ZQ: An investigation on the prevalence of internet addiction disorder in middle school students of Hunan province. *Zhonghua Liu Xing Bing Xue Za Zhi* 2007, 28(5):445-448.
12. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Lin HC, Yang MJ: Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study. *Cyberpsychol Behav* 2007, 10(4):545-551.
13. Park SK, Kim JY, Cho CB: Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence* 2008, 43(172):895-909.
14. Song XQ, Zheng L, Li Y, Yu DX, Wang ZZ: Status of 'Internet addiction disorder' (IAD) and its risk factors among first-grade junior students in Wuhan. *Zhonghua Liu Xing Bing Xue Za Zhi* 2010, 31(1):14-17.
15. Wu J, Lin G, Lin L: Analysis of the situation of internet use and the related health-risky behaviors among the youngsters in Guangzhou City. *J Trop Med (Guangzhou)* 2007, 7(8):816-818.
16. Xu J, Shen LX, Yan CH, Wu ZQ, Ma ZZ, Jin XM, Shen XM: Internet addiction among Shanghai adolescents: prevalence and epidemiological features. *Zhonghua Yufang Yixue Zazhi* 2008, 42(10):735-738.
17. Wang YL, Wang JP, Fu DD: Epidemiological investigation on internet addiction among internet users in elementary and middle school students. *Chin Mental Health J* 2008, 22(9):678-682.
18. Young KS, Rogers RC: The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychol Behavior* 1998, 1(1):25-28.
19. Young KS: Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychol Behavior* 1998, 1(3):237-244.
20. Block JJ: Issues for DSM-V: Internet addiction. *Am J Psych* 2008, 165(3):306-307.
21. Cao F, Su L: Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child Care Health Dev* 2007, 33(3):275-281.
22. Widyanto L, McMurrin M: The psychometric properties of the Internet addiction test. *Cyberpsychol Behav* 2004, 7(4):443-450.

23. Niemz K, Griffiths M, Banyard P: Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychol Behav* 2005, 8(6):562-570.
24. Ko CH, Yen JY, Chen CS, Yeh YC, Yen CF: Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents: a 2-year prospective study. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2009, 163(10):937-943.
25. Fortson BL, Scotti JR, Chen YC, Malone J, Del Ben KS: Internet use, abuse, and dependence among students at a southeastern regional university. *J Am College Health* 2007, 56(2):137.
26. Knop J, Penick EC, Nickel EJ, Mortensen EL, Sullivan MA, Murtaza S, Jensen P, Manzardo AM, Gabrielli WF Jr: Childhood ADHD and conduct disorder as independent predictors of male alcohol dependence at age 40. *J Stud Alcohol Drugs* 2009, 70(2):169-177.
27. Lopez B, Schwartz SJ, Prado G, Huang S, Rothe EM, Wang W, Pantin H: Correlates of early alcohol and drug use in Hispanic adolescents: examining the role of ADHD with comorbid conduct disorder, family, school, and peers. *J Clin Child Adolesc Psychol* 2008, 37(4):820-832.
28. Romer Thomsen K, Callesen MB, Linnet J, Kringelbach ML, Moller A: Severity of gambling is associated with severity of depressive symptoms in pathological gamblers. *Behav Pharmacol* 2009, 20(5-6):527-536.
29. Lenhart A, Madden M, Hitlin P: Teens and Technology: Youth are Leading the Transition to a Fully Wired and Mobile Nation. Pew Internet and American Life Project 2005.
30. Christakis DA, Zimmerman FJ: *The Elephant in the Living Room: Make Television work for your Kids*. Emmaus, PA: Rodale 2006.
31. American Academy of Pediatrics. Committee on Public Education: Media education. *Pediatrics* 1999, 104(2 Pt 1):341-343.
