

TREDICENNE

## Ai videogame per 12 ore Mamma chiama la polizia

■ È accaduto in una cameretta di Milano, ma sarebbe potuto accadere in qualsiasi altra casa d'Italia, dove ogni giorno i ragazzini contrattano con i genitori fino allo sfinimento pur di passare una mezz'ora in più sui videogiochi.

In un appartamento di via Fanti quel «Dai ma', ancora mezz'ora» si è trasformato in qualcosa di più. Un quasi adolescente di 13 anni è rimasto attaccato ai videogame per ben 12 ore, senza ascoltare richiami né niente, totalmente dissociato da quel che gli stava accadendo intorno. Finché la madre, esasperata, gli ha staccato la spina della consolle. Tragedia. È scoppiata la lite. Il ragazzino si è chiuso in bagno e ha adottato la linea dura: è rimasto nel silenzio più totale, senza dare un cenno di risposta alla madre che lo chiamava. Alla fine, dopo ore,

la donna, spaventata, ha telefonato alla polizia. Una volta sul posto gli agenti hanno convinto il 13enne ad aprire la porta e tutto si è risolto. Tutto per modo di dire. Resta un problema acuto, che gli psicologi non esitano a chiamare «dipendenza». «I videogame - spiega Claudio Mencacci, psichiatra specializzato nelle patologie degli adolescenti - rappresentano una forma di dipendenza senza sostanze che però tocca le stesse aree del cervello colpite dalla cocaina e da altre droghe». Mencacci spiega che, tra i dieci e i 14 anni, i ragazzi sono «più esposti perché il cervello, nei suoi processi di maturazione, è estremamente sensibile alle dipendenze». Tanto che i medici consigliano: mai più di due ore davanti allo schermo.

Maria Sorbi a pagina 4

# Gioca 12 ore ai videogame La madre gli stacca la spina

*Per protesta il tredicenne si chiude in bagno ed esce soltanto quando arriva la polizia*

### LO PSICHIATRA

«Appello ai genitori: ma più di tre ore di pc al giorno, è pericoloso»

Maria Sorbi

■ È accaduto in una cameretta di Milano, ma sarebbe potuto accadere in qualsiasi altra casa d'Italia, dove ogni giorno i ragazzini contrattano con i genitori fino allo sfinimento pur di passare una mezz'ora in più sui videogiochi.

In un appartamento di via Fanti quel «Dai ma', ancora mezz'ora» si è trasformato in

qualcosa di più. Un quasi adolescente di 13 anni è rimasto attaccato ai videogame per ben 12 ore, senza ascoltare richiami né niente, totalmente dissociato da quel che gli stava accadendo intorno. Finché la madre, esasperata, gli ha staccato la spina della consolle. Tragedia. È scoppiata la lite. Il ragazzino si è chiuso in bagno e ha adottato la linea dura: è rimasto nel silenzio più totale, senza dare un cenno di risposta alla madre che lo chiamava. Alla fine, dopo ore, la donna, spaventata, ha telefonato alla polizia. Una volta sul posto gli agenti hanno convin-

to il 13enne ad aprire la porta e tutto si è risolto. Tutto per modo di dire. Resta un problema acuto, che gli psicologi non esitano a chiamare «dipendenza».

Dodici ore di videogioco consecutive sono quelle che, qualche anno fa, hanno portato alla



morte un ragazzo inglese, stroncato da una trombosi venosa dopo mezzogiornata esatta immerso nelle sfide di Halo sull'Xbox. Senza arrivare a fare paragoni con casi estremi, è evidente però che 12 ore sul computer sono una follia.

«I videogame - spiega Claudio Mencacci, psichiatra specializzato nelle patologie degli adolescenti - rappresentano una forma di dipendenza senza sostanze che però tocca le stesse aree del cervello colpite dalla cocaina e da altre droghe». Mencacci spiega che, tra i dieci e i 14 anni, i ragazzi sono «più esposti perché il cervello, nei suoi processi di maturazione, è estremamente sensibile alle dipendenze».

E tra le dipendenze stanno prendendo sempre più piede i videogame. Tanto che i medici consigliano ai genitori una specie di vademecum per gestire il problema ed evitare che degeneri in queste malsane maratone di gioco. «Bisogna innanzitutto saper negoziare con i figli - spiega lo psichiatra - e contrattare sull'orario in cui va spento il computer. E poi bisogna cercare di frammentare i momenti di gioco: meglio più sessioni brevi durante la giornata anziché ore ed ore consecutive. È importante che non si perda il ritmo sonno-veglia, né il ritmo della giornata».

Tempo limite consigliato dagli psicologi: due ore di gioco (tre al massimo). Non di più. Ai genitori viene anche lanciato un appello perché tengano gli occhi aperti ed evitino che il divertimento dei loro figli per un videogioco si trasformi in dipendenza. «Osservate i vostri ragazzi - suggerisce Mencacci - Guardate se dormono o no, se durante la giornata manifestano sonnolenza o hanno frequenti cali di concentrazione. Sono tutti campanelli d'allarme che possono aiutare a prevenire una dipendenza».



#### L'ESPERTO

Lo psichiatra Claudio Mencacci (nella foto) mette in guardia le famiglie sull'abuso di videogame: «Creano dipendenza come la cocaina»

