

MAURIZIO FEA

A PAGINA 27

## «Così Facebook sta cambiando il nostro cervello»

Anche il web può creare dipendenza, e i social stanno cambiando il nostro cervello. È l'allarme lanciato con il suo ultimo libro da Maurizio Fea, già responsabile del Sert di Pavia.

# L'EFFETTO INTERNET «Facebook come la droga che modifica il cervello»

Lo studio di Maurizio Fea lancia l'allarme su alcune nuove dipendenze  
«Cerchiamo risposte sempre più semplici, soddisfazioni immediate»

di FILIBERTO MAYDA

«È cambiato il modo di gestire la soddisfazione, le modalità con cui accediamo alla gratificazione sono sempre più rapide e impulsive attraverso un processo di semplificazione che è ora diventato tipico anche della politica. Tutto questo avviene in rete, su internet, nei social. Francamente, pur con tutta l'attenzione al fenomeno della dipendenza dal gioco d'azzardo, io mi preoccuperei della dipendenza di molte, ma molte persone tra i circa 40 milioni di utenti Facebook che ci sono nel nostro Paese».

Maurizio Fea - psichiatra pavese, già direttore del Dipartimento delle dipendenze dell'Asl di Pavia (ex Sert) - non usa le mezze parole. Va diretto alla sostanza come diretto è il volume che ha pubblicato per i tipi della FrancoAngeli, «Le abitudini da cui piace dipende-

re. Algoritmi, azzardo, mercato, web» (120 pag. 16 euro).

Per lui, la situazione è peggiore di quanto si possa immaginare. E' diretto: «Si fanno un sacco di storie sull'intelligenza artificiale senza pensare che è già presente in ogni momento della nostra vita. Il problema vero è che non stanno cambiando le nostre abitudini, ma sta cambiando il nostro cervello, in qualche modo scrivendo nuovi comportamenti nel nostro patrimonio genetico. In buona sostanza, ci stiamo adattando a dei meccanismi che prevedono come caratteristica centrale l'immediatezza della risposta, un interfacciamento rapido con la soddisfazione, quale essa sia».

Quella sull'azzardo è, solo in parte, una provocazione. «Rispetto a questo tema - spiega Fea - credo che ci sia una sopravvalutazione se lo affrontiamo in termini numerici, specialmente paragonando questo aspetto, pur grave, al fenomeno delle persone che, avendo profili social, sono spinte a scelte compulsive, anche economiche, ad esempio gli investimenti, gli acquisti».

Viene da pensare alle fake news, alla politica quotidiana fatta di parole del tutto svincolate dai fatti. E' così? «Sì, è così - ammette lo psichiatra - Anche in politica ormai il messaggio passa obbligatoriamente attraverso un processo di semplificazione. Nulla di nuovo, sia chiaro, noi amiamo le cose semplici, non vogliamo tormentarci con ragionamenti complicati che comportano un dispendio di fatica, un consumo di ossigeno. La rete ha amplificato tutto questo e la ricerca di un messaggio semplice che ci soddisfi, diventa una dipendenza».

Come con la cocaina, come con l'eroina? «Guardi, sotto il profilo neurobiologico non ci sono differenze. Naturalmente il farmaco entra subito dentro l'organismo, ha un'azione immediata.

**LA SCHEDA**

## Esperto di clinica delle "addiction"

Maurizio Fea, si è occupato di dipendenze dalla metà degli anni Ottanta. Ha insegnato Clinica delle Dipendenze alla Università di Pavia e Metodologia della progettazione educativa alla Università Cattolica di Milano e di Piacenza. E' autore di numerose pubblicazioni sulla clinica delle addiction, sul management e sull'organizzazione dei servizi.

Per la dipendenza dalle abitudini, invece, i tempi sono più lunghi. Ma alla fine il meccanismo è lo stesso, con la necessità di incrementare le dosi per mantenere la soddisfazione».

Il quadro che Fea racconta in «Le abitudini da cui piace dipendere», non è roseo. E' il nostro destino? O ci sono soluzioni? «Al momento sì, mi spiace, siamo in queste condizioni. Ma credo che, come avviene per le dipendenze dalle droghe, non ci sia una soluzione sola, ma diverse strategie da mettere in campo. E' ovvio che tra queste annoveriamo quelle di base, la famiglia, la scuola, ma anche le aziende della rete devono iniziare a proporre contenuti che non si limitino, per quanto sia più proficuo, alla soddisfazione delle esigenze "di pancia" degli utenti, ma che invece lascino spazio ad un atteggiamento critico. Credo che questo possa essere un atteggiamento vincente alla lunga. Vanno cambiate le abitudini, bisogna finalmente tornare a ragionare».



Dipendenti dalla rete, dai computer, una sorta di droga che ci sta cambiando. Di questi temi si occupa il libro "Le abitudini da cui piace dipendere. Algoritmi, azzardo, mercato, web"



Lo psichiatra Maurizio Fea



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 003600