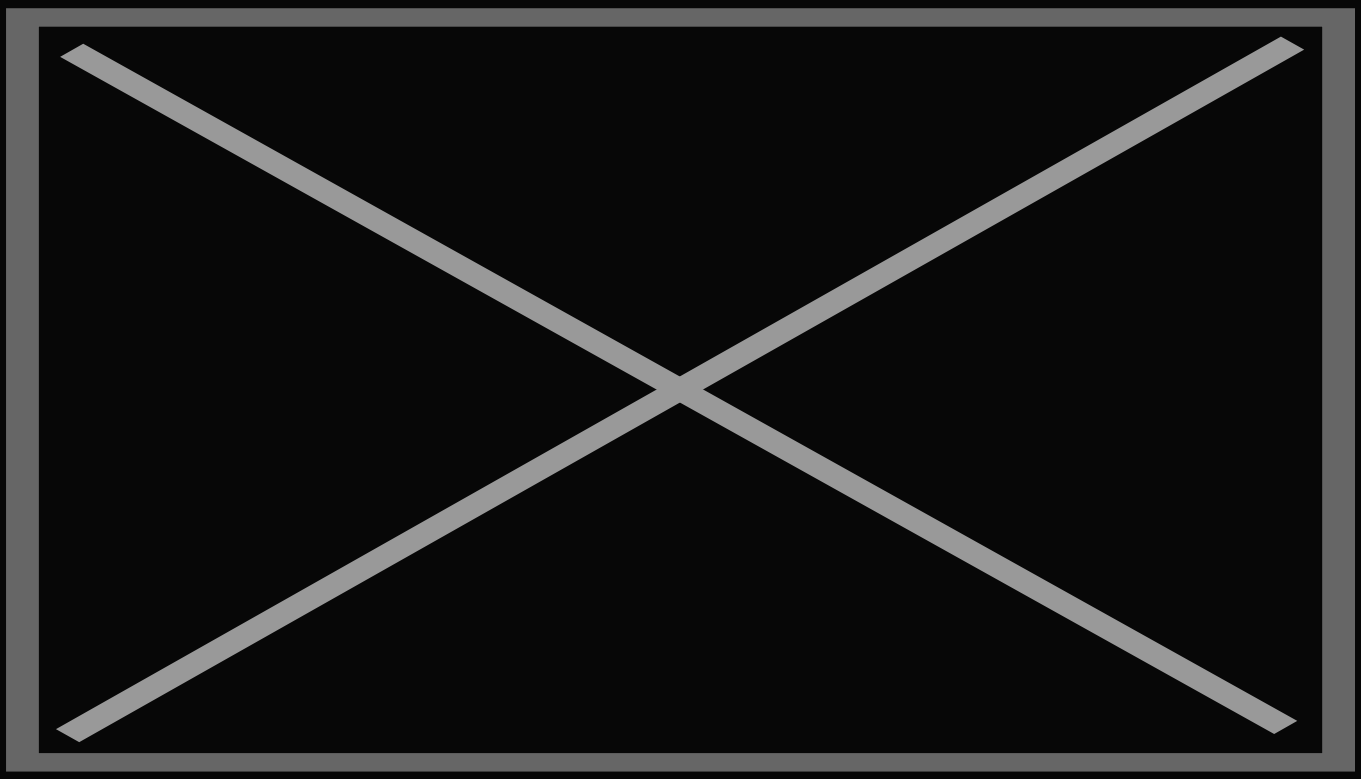
Un italiano su tre è dipendente dalla tecnologia, trentenni in testa.

Si fa presto a dire **“digital detox”**: a livello internazionale, una persona su tre ammette di fare fatica a staccarsi dalla tecnologia, anche quando sa che dovrebbe farlo. Cina, Brasile e Argentina i Paesi che trovano più difficile fare una pausa dallo schermo. In Italia, la fascia d’età maggiormente dipendente è quella dei trentenni, mentre a livello internazionale sono gli adolescenti.
Secondo uno studio **GfK** condotto qualche mese fa, il 42% delle persone pensa che sia importante essere sempre connessi. Se da un lato le nuove tecnologie digitali ci consentono di essere “always on”, dall’altro questa voglia di essere sempre raggiungibili può avere delle conseguenze negative. La cyber-dipendenza è ormai un problema riconosciuto anche dalla medicina e i giornali segnalano ogni giorno iniziative per aiutare le persone a intraprendere una “digital detox”, in vacanza ma non solo.



Ma quante persone sono consapevoli di avere un problema di dipendenza dalla tecnologia? È quello che ha cercato di capire GfK con uno studio internazionale che ha coinvolto oltre 22.000 persone in 17 paesi. Oltre un terzo degli intervistati (34%) ha ammesso di avere delle difficoltà a prendersi una

pausa dalla tecnologia (da Smartphone, Computer, TV, ecc.), anche quando sa che dovrebbe farlo. Le risposte degli italiani sono abbastanza allineate con quelle registrate nel resto del mondo, con alcune peculiarità interessanti. Nel nostro paese, la percentuale di chi ammette di avere problemi di dipendenza da tecnologia è del 29%, mentre il 20% dichiara di non avere nessun problema.

Anche in Italia – come nel resto dei Paesi coinvolti nell'indagine – non ci sono differenze significative tra uomini e donne nel livello di dipendenza dalla tecnologia, mentre osservando i dati per reddito e fasce d'età emergono alcune particolarità tipicamente italiane.

Innanzi tutto, nel nostro paese la fascia d'età maggiormente dipendente dalla tecnologia è quella dei trentenni (37%) e non i teenager (35%), come succede nel resto del mondo. Al terzo posto ci sono i quarantenni con il 34% mentre la fascia 20-29 anni è solo al quarto posto con il 32%.

I risultati dell'ndagine a livello internazionale

Lo studio ha evidenziato alcune differenze tra i Paesi coinvolti nell'indagine. La Cina ha in assoluto la percentuale più alta di persone (43%) che dichiara di avere problemi a staccarsi dalla tecnologia, seguita dai paesi dell'America latina (Brasile 42%, Argentina 40%, Messico 38%) e dagli Stati Uniti (31%).

Al contrario, la Germania ha la percentuale più alta (35%) di persone fortemente in disaccordo con l'idea che sia difficile fare una pausa dalla tecnologia. Seguono in classifica i Paesi Bassi (30%), il Belgio (28%), Canada e Russia (entrambi con il 27%).

L'indagine mette in luce come – a differenza di quanto succede in Italia – a livello internazionale gli adolescenti (15-19 anni) siano la fascia d'età con più problemi di dipendenza da tecnologia: poco meno della metà (44%) dichiara di avere difficoltà a staccarsi, anche quando è consapevole di doverlo fare. Seguono nella classifica dei più dipendenti i ventenni (41%) e i trentenni (38%). Al contrario, i gruppi di età più maturi soffrono meno di dipendenza da tecnologia e la percentuale più bassa in assoluto (15%) si registra tra le persone con più di 60 anni.

Guardando invece ai risultati per fasce di reddito, si nota come le persone ad alto reddito siano quelle più dipendenti dalla tecnologia: ne è convinto il 39% degli intervistati. Al contrario, la fascia a reddito più basso è anche quella che ha meno problemi a prendersi una pausa dalla tecnologia.

Per conoscere i risultati dello studio per tutti i 17 paesi visitare il sito: www.gfk.com/global-studies/global-study-overview/