

# una nuova malattia: la 'nomofobia'

“Senza smartphone non riuscirei a vivere, mi verrebbe l'ansia”, dicono in molti.

è la nomofobia, la sindrome da 'no-mobile'

video: <http://bit.ly/19V8qBA>

“Senza smartphone non riuscirei a vivere, mi verrebbe l'ansia”, dicono in molti. Si scrive nomofobia, si legge 'stato ansioso che si manifesta quando non è possibile usare il telefono cellulare'. La parola deriva proprio da 'no-mobile' e un numero sempre maggiore di italiani sembra soffrirne, tanto che il termine è stato inserito all'interno del vocabolario Zingarelli 2015 come nuovo lemma. “In concreto viene meno l'accedere alla dimensione online delle relazioni”, spiega il dottor Federico Tonioni, psichiatra dell'Ospedale Gemelli di Roma. E questo può provocare reazioni differenti, a seconda dell'età. “Negli adolescenti – aggiunge Tonioni – che

sono nativi digitali e non hanno mai conosciuto un vita prima del computer, quella online è davvero un nuovo modo di comunicare e pensare. Negli adulti, invece, che un prima del computer lo hanno conosciuto, ci sono più i caratteri della dipendenza patologica e, quindi, è ipotizzabile che un adulto senza il suo telefonino si senta un po' mutilato, come se perdesse il controllo della realtà". In genere "il nomofobico – continua Tonioni – è un soggetto ansioso, può anche avere degli spunti paranoidei, difficoltà nel perdere il controllo sugli altri, ma potrebbe essere anche una persona con dei tratti narcisistici molto spiccati, che ha sempre bisogno di avere una conferma da parte degli altri, di sapere che ha un seguito". "Questa però – specifica lo psichiatra – non è considerabile come una vera e propria patologia. Per questo si parla di fobia: è una paura non giustificata dalla realtà. Non devo essere io a ricordare che senza telefonino non si muore", conclude il medico.