



I 10 campanelli d'allarme per genitori e pediatri per riconoscere il rischio di dipendenza da smartphone negli adolescenti

1. Aumento o perdita di peso
2. Mal di testa e mal di schiena
3. Disturbi visivi o problemi agli occhi
4. Modifiche nei ritmi del sonno
5. Scarsa igiene personale
6. Connessione online che sostituisce i rapporti dal vivo
7. Mancanza di interessi nelle attività della vita quotidiana e incapacità di parlare di cose diverse da quelle che si vedono in internet
8. Scarsi risultati scolastici
9. Sintomi da astinenza quando il dispositivo è inaccessibile
10. Controllo compulsivo delle informazioni online