

Capitolo 2

RISCHIO DA DIPENDENZA DELLA TECNOLOGIA SMARTPHONE: IL TEST SMARTPHONE ADDICTION SCALE SHORT VERSION IN LINGUA ITALIANA

Daniele Giansanti

Centro Nazionale Tecnologie Innovative in Sanità Pubblica, Istituto Superiore di Sanità, Roma

Introduzione

La facilità di interazione e le enormi potenzialità del dispositivo smartphone hanno intensificato i rischi di tipo psicologico-cognitivo che comprendono il rischio da dipendenza, da dissociazione e da ansietà (1-2). Tali rischi erano già presenti con i cellulari, le potenzialità funzionali di questi dispositivi e la grande disponibilità di giochi potevano ingenerare questo tipo di patologie. Tuttavia con lo smartphone tali rischi sono sicuramente cresciuti (1-2) a causa delle indiscusse superiori potenzialità di connessione, di scambio dati e di disponibilità di applicazioni. Particolare oggetto di studio sono le metodologie di valutazione di rischio da dipendenza negli adolescenti e nei giovani adulti attraverso la somministrazione di questionari psicologico-cognitivi che recentemente sono oggetto di ricerca e trasferimento nelle varie lingue (3-5).

Il test *Smartphone Addiction Scale Short Version* in lingua italiana

Il test *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SAS-SV) è un test psicologico basato su un questionario specifico che è autosomministrato e utilizzato per identificare il livello di rischio di dipendenza da smartphone e che permette la categorizzazione in vari gruppi di rischio nell'adolescente e nel giovane adulto. Tale test è stato validato in Corea su di un ampio campione (3) ed è poi stato validato in altre lingue (4-5). In Italia è stato recentemente validato (5) nell'idioma nazionale. Il test include le seguenti 10 affermazioni:

1. Non riesco a fare un lavoro pianificato a causa dell'utilizzo dello smartphone.
2. Ho difficoltà di concentrazione in classe, mentre si fanno i compiti o mentre si sta lavorando, a causa dell'utilizzo dello smartphone.
3. Sento dolore ai polsi, alla schiena o al collo mentre uso lo smartphone.
4. Non sarei capace di resistere senza uno smartphone.
5. Mi sento impaziente e irritabile quando non ho il mio smartphone.
6. Ho il mio smartphone in mente anche quando non lo sto usando.
7. Non rinuncerei mai all'uso del mio smartphone dal momento che la mia vita quotidiana è molto influenzata da esso.
8. Controllo costantemente il mio smartphone in modo da non perdere le conversazioni tra le altre persone su twitter o facebook.
9. Uso il mio smartphone più a lungo di quanto dovrei.
10. Le persone intorno a me mi dicono che uso troppo il mio smartphone.

A queste affermazioni ogni soggetto deve assegnare una valutazione graduata a 6 livelli; il primo livello corrisponde alla valutazione più bassa ossia il minimo punteggio assegnabile (fortemente in disaccordo); mentre il livello 6 corrisponde alla valutazione più alta, ossia il massimo punteggio assegnabile (fortemente in accordo).

I punteggi ottenuti su ogni singola domanda sono poi sommati. Il valore ottenuto individua l'appartenenza alla classe di rischio. Le classi di rischio individuate dal test sono diverse in base al sesso. I maschi sono considerati dipendenti dalla tecnologia con un punteggio superiore a 31, con alto rischio di dipendenza con un punteggio tra 22 e 31. Le femmine sono considerate dipendenti dalla tecnologia con un punteggio superiore a 33, con alto rischio di dipendenza con punteggi tra 22 e 33.

Un esempio di applicazione

Un aspetto che è stato affrontato in questo studio è stato quello della creazione del sondaggio in modo elettronico utilizzando, come in altri studi (6), l'ambiente *onedrive* di Microsoft. È stata pertanto creata una versione elettronica di tale sondaggio come mostrato in Figura 1. Tale sondaggio somministrato con consenso informato in modo anonimo comprende anche la richiesta di età, sesso e scuola frequentata.

Test "Smartphone Addiction Scale Short
Version for adolescents and Young Adults"
In Italiano

Consenso informato:
I dati raccolti verranno utilizzati in modo anonimo
in un sondaggio sull'utilizzo dello smartphone

Le domande hanno sei livelli di scelta:
1=Minimo
6=Massimo

Sesso

Età

scuola frequentata

Non riesco a fare un lavoro pianificato a causa dell'utilizzo dello smartphone

Ho difficoltà di concentrazione in classe, mentre faccio i compiti o mentre sto lavorando, a causa dell'utilizzo dello smartphone

Sento dolore ai polsi, alla schiena o al collo mentre uso lo smartphone

Non sarei capace di resistere senza uno smartphone

Mi sento impaziente ed irritabile quando non ho uno smartphone

Ho il mio smartphone in mente anche quando non lo sto usando

Non rinuncerei mai all'uso del mio smartphone dal momento che la mia vita quotidiana è molto influenzata da esso

Controllo costantemente il mio smartphone in modo da non perdere le conversazioni tra le altre persone su twitter o facebook

Uso il mio smartphone più a lungo di quanto dovrei

Le persone intorno a me mi dicono che uso troppo il mio smartphone

Note/commenti

Invia Non comunicare mai la propria password ad altri utenti. Non fornire informazioni personali a utenti non attendibili.

Figura 1. Il sondaggio elettronico relativo al test SAS-SV

(<https://onedrive.live.com/survey?resid=AE230E99800FB7C8!124632&authkey=!AMzrvqU1J5pjKbg>)

A titolo meramente esemplificativo si evidenzia un'esperienza su un gruppo di trenta studenti universitari nel 2018 in Roma, 15 maschi e 15 femmine di età compresa tra 19 e 25 anni, valor medio 22,3, deviazione standard 1,4.

La Figura 2 indica divisa per sesso la categorizzazione di rischio ottenuta:

1. Basso rischio;
2. Alto rischio;
3. Dipendenza.

Lo studio in particolare evidenzia che:

- Nessuno studente e nessuna studentessa sono rientrati nella categoria associata alla dipendenza.
- Tra le femmine, 11 hanno avuto una valutazione a basso rischio e 4 una valutazione ad alto rischio.
- Tra i maschi, 12 hanno avuto una valutazione a basso rischio e 3 ad alto rischio.

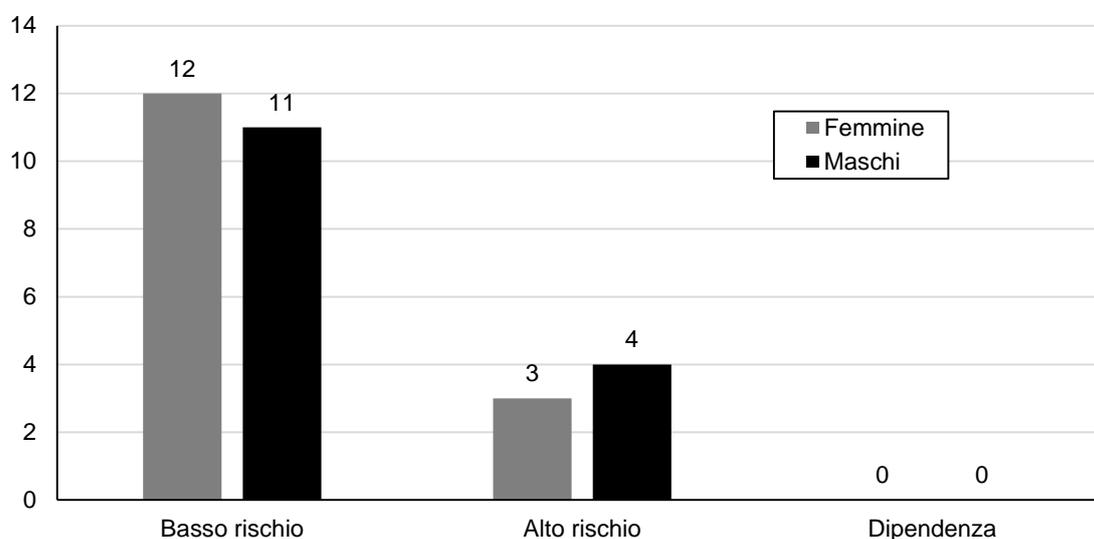


Figura 2. Categorizzazione per classi di rischio di 30 studenti univertitari

Conclusioni e sviluppi futuri

Gli aspetti psicologici e cognitivi rappresentano un aspetto importante da affrontare per quanto riguarda il rischio da abuso di tecnologia smartphone. Uno degli aspetti particolarmente rilevanti è sicuramente quello della dipendenza negli adolescenti e nei giovani adulti (1-5). Il presente studio ha illustrato una metodologia di indagine basata su un test recentemente validato in lingua italiana (5) con un esempio di applicazione. Tale test è stato convertito in formato elettronico. Il vantaggio della disponibilità in formato elettronico è rappresentato dalla possibilità di dare una diffusione al test in modo *broadcast* attraverso le applicazioni smartphone stesse che i giovani utilizzano in modo massiccio tipo *messenger* e i social network. La raccolta e l'analisi dei dati in questa modalità è semplice, rapida ed efficace dato che attraverso questa metodologia ad ogni

compilazione in remoto viene automaticamente associato un record di un database in formato *excel online* senza bisogno di trascrizioni e/o operazione onerose di trascrizione con possibilità di errori.

Una riflessione importante di ampio respiro che emerge dallo studio e che si connette alle problematiche evidenziate nel capitolo precedente e nei tre capitoli successivi è quella di riuscire a collegare attraverso metodologie di indagine appropriate, basate anche su sondaggio, questa tipologia di rischio di tipo psicocognitivo con il nuovo rischio per il sistema neuromuscoloscheletrico denominato *text neck* (7). È stato infatti ampiamente dimostrato che anche il tipo di attività è associabile ad un rischio posturale che può comportare il *text neck*; in particolare alcune attività che prevedono il *texting* sono più soggette a questo rischio rispetto ad altre, tipo la navigazione web e l'interazione con file multimediali. Sicuramente una direzione interessante è quella di costruire sondaggi che permettano di integrare anche informazioni sulla postura assunta e sul tipo di attività svolta.

Bibliografia

1. De Pasquale C, Sciacca F, Hichy Z. Smartphone addiction and dissociative experience: an investigation in Italian adolescent aged between 14 and 19 years. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis* 2015;1:109.
2. Elhai JD, Dvorak RD, Levine JC, Hall BJ. Problematic smartphone use: conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders* 2017;207:251-9.
3. Kwon M, Kim DJ, Cho H, Yang S. The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PLoS One* 2013;8:e83558.
4. Lopez-Fernandez O. Short version of the smartphone addiction scale adapted to Spanish and French: towards a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive Behaviors* 2015;64:275-80.
5. De Pasquale C, Sciacca F, Hichy Z. Italian validation of smartphone addiction scale short version for adolescents and young adults (SAS-SV). *Psychology* 2017;8:1513-8.
6. Capannini M, Giovagnoli MR, Giansanti D. Metodologia bottom-up per l'identikit di una APP nell'oncologia della mammella. In: Giansanti D (Ed.). *Imaging diagnostico ed e-health: standardizzazione, esperienze e prospettive*. Roma: Istituto Superiore di Sanità; 2017. (Rapporti ISTISAN 17/10). p. 35-51.
7. Lee S, Kang H, Shin G. Head flexion angle while using a smartphone. *Ergonomics* 2015;58:220-6.