



Un nuovo significato per 'virus informatico'? Una correlazione tra l'uso di Internet e il sistema immunitario

I risultati di uno studio dell'Università degli Studi di Milano e della Swansea University (Wales) rilevano un calo delle difese immunitarie nelle persone con dipendenza da Internet

Milano, 6 agosto 2015 - Ricercatori delle **Università di Milano e Swansea**, che in passato avevano già indagato la "crisi di astinenza da internet", hanno ora rilevato che **l'utilizzo eccessivo di internet può avere un impatto negativo sulla funzione immunitaria**: le persone che hanno livelli più elevati di dipendenza da internet sono più soggette a raffreddori e influenza di coloro che sono meno dipendenti da Internet.

La ricerca è stata condotta dal Prof. **Phil Reed** della Swansea University, dalla dott.ssa **Lisa A. Osborne** della Abertawe Bro Morgannwg University Health Board, dalla dott.ssa **Michela Romano** e dal Prof. **Roberto Truzoli** dell'Università di Milano, ed è stata pubblicata sulla rivista **PLOS ONE**. Lo studio ha valutato 500 persone maggiorenni e ha evidenziato che coloro che avevano problemi di uso eccessivo di internet hanno anche manifestato sintomi di raffreddore e influenza più frequenti rispetto a coloro che non presentavano dipendenza da Internet.

In circa il 40% del campione si sono riscontrati livelli moderati o alti di dipendenza da internet - una cifra che non differiva tra maschi e femmine. **Le persone con livelli più elevati di dipendenza da internet avevano circa il 30% in più di sintomi di raffreddore e influenza** rispetto a coloro che utilizzavano internet in modo meno problematico.

Precedenti ricerche hanno dimostrato che le persone che trascorrono più tempo su internet sono più soggette a privazione di sonno, hanno abitudini alimentari peggiori, si impegnano di meno nell'esercizio fisico e tendono a bere e fumare di più. Questi comportamenti, indipendentemente dall'età, possono danneggiare il sistema immunitario e aumentare la vulnerabilità alle malattie.

Lo studio suggerisce che coloro che sono dipendenti da Internet possono soffrire di stress importante quando sono disconnessi dalla rete, di conseguenza questo ciclo di stress e sollievo associato alla dipendenza da Internet può portare a un aumento dei livelli di corticosteroidi, ormoni che possono ridurre la funzione immunitaria.

Il professor **Reed** suggerisce un'ipotesi: "*Può anche essere che coloro che trascorrono molto tempo da soli su Internet presentino una ridotta funzione immunitaria semplicemente a causa di non avere un adeguato contatto con gli altri e i loro germi.*"

Lo studio ha anche evidenziato che le persone usavano **internet in media 6 ore al giorno**, ma una minoranza considerevole del campione lo usava per oltre 10 ore al giorno. Si sono evidenziate differenze nel modo in cui uomini e donne utilizzavano Internet: **le donne che usavano maggiormente Internet per i social media e lo shopping, gli uomini maggiormente per il gioco e la pornografia.**

Il professor **Roberto Truzoli** dell'Università di Milano commenta: "*I risultati su come si utilizza Internet, al di là di rilevare uno stereotipo di genere, non sono associati direttamente all'impatto sulla funzione immunitaria. Non sembra avere importanza quello per cui si usa internet, il fatto è che se lo si utilizza troppo è più probabile che ci si ammali.*"