

Schiavi di internet? Attenti alla salute

Pubblicato: Giovedì 21 Giugno 2012



Secondo una ricerca fatta dalla **società inglese Chartered Society of Physiotherapy**, l'uso **esagerato di smartphone, tablet e computer** mette seriamente a rischio la salute dei consumatori, aumentando di gran lunga le possibilità di ammalarsi di alcune **serie patologie da stress e di disturbi alle articolazioni, alla schiena e al collo**.

È quanto riferisce la televisione inglese Bbc, che consiglia di **spegnere telefonini e connessioni Internet al termine del proprio orario di lavoro**, per dedicarsi maggiormente alla vita reale senza spendere troppo tempo in quella virtuale dei computer.

Più del 65% degli oltre duemila intervistati ha ammesso di non riuscire a privarsi dei propri apparecchi tecnologici anche dopo il termine dell'attività lavorativa, e questo contribuisce all'aumento dello stress, in quanto **è sempre meno possibile rilassarsi** perché ci si continua, per così dire, a concentrare e a far "lavorare" il cervello ancora per ore.

Come tutte le grandi innovazioni, tecnologiche e non, anche Internet ha contribuito enormemente alla crescita dell'umanità sotto numerosi punti di vista: economico, sociale, culturale, ecc. Se da un lato, però, questa invenzione ha portato

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it