I ricercatori dell'Università degli Studi di Milano e della Swansea University (UK) hanno esplorato un campo attualmente ancora poco conosciuto, quello della dipendenza da Internet. Nel lavoro pubblicato su Plos One sono stati evidenziati gli effetti dell'esposizione a Internet nel breve periodo su giovani soggetti affetti da Internet dipendenza, riscontrando una riduzione del tono dell'umore.

Lo studio, condotto da Roberto Truzoli e Michela Romano presso l'Università di Milano e a da Phil Reed e Lisa A. Osborne della Swansea University, ha esaminato l'impatto immediato dell'esposizione a Internet sugli stati psicologici e sull'umore di persone dipendenti da Internet e su utenti di Internet non dipendenti, con un'età media di 24 anni. I 60 partecipanti hanno svolto una batteria di test psicologici per esplorare i livelli di dipendenza da Internet, l'umore, l'ansia, la depressione, la schizotipia e i tratti di autismo. Quindi i partecipanti hanno utilizzato liberamente Internet per 15 minuti e successivamente sono stati nuovamente valutati per l'ansia e l'umore.

Un primo risultato dello studio è le persone dipendenti da Internet hanno evidenziato una marcata riduzione del tono dell'umore subito dopo aver smesso di utilizzare Internet rispetto ai partecipanti non dipendenti, rilevando un evidente impatto negativo sull'umore.

L'impatto negativo immediato sull'umore delle persone dipendenti può contribuire all'aumento dell'uso di Internet da parte di questi individui che cercano di modificare il loro umore impegnandosi ulteriormente nell'utilizzo di Internet, rafforzando così la spirale di dipendenza. Questo fenomeno suggerisce un possibile meccanismo di mantenimento del comportamento di dipendenza da Internet.

"Il principale dato nuovo del nostro studio è l'evidenziazione di cosa succede all'umore di coloro che sono dipendenti appena smettono di navigare -commenta il Dott. Roberto Truzoli, psicologo clinico del Centro Trattamento Disturbi Depressivi dell'Unità Operativa Psichiatria II (Direttore Prof.ssa Gabriella Ba), Dipartimento di Scienze Biomediche e Cliniche "L. Sacco" - Università degli Studi di Milano. "C'è evidenza - aggiunge il Prof. Phil Reed - che in rete ci sono alcune brutte sorprese in agguato per il benessere delle persone".

In secondo luogo si è osservato che la dipendenza da Internet può essere associata con depressione pregressa, anticonformismo impulsivo e tratti di autismo. "Si conferma che le persone con pregressi disturbi dell'umore e d'ansia possono essere a rischio di uso eccessivo di Internet. La rilevazione di tratti autistici però è una evidenza nuova potenzialmente interessante, ma le ragioni di questa associazione sono attualmente poco chiare e richiederanno nuove ricerche" – commenta il Dott. Roberto Truzoli.

Romano M, Osborne LA, Truzoli R, Reed P (2013)
Differential Psychological Impact of Internet Exposure on Internet Addicts.
PLoS ONE 8(2): e55162. doi:10.1371/journal.pone.0055162
http://dx.plos.org/10.1371/journal.pone.0055162