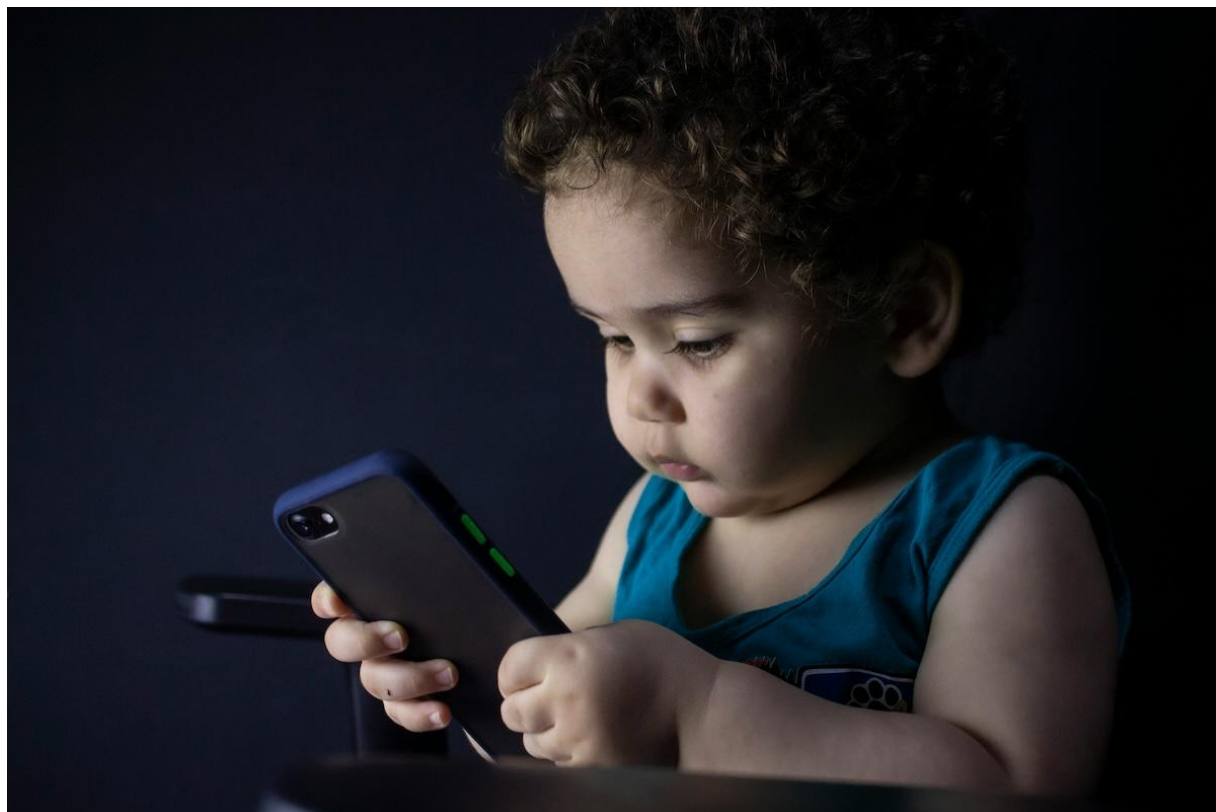




News dal mondo scientifico

Edizione 1/2026 – L'uso degli schermi nella prima infanzia

Presentato da Alleanza Infanzia e dalla Swiss Society for Early Childhood Research



News dal mondo scientifico

Care lettrici e cari lettori,

abbiamo il piacere di presentarvi con questa pubblicazione la nona edizione delle «News dal mondo scientifico». Con questa serie di pubblicazioni Alleanza Infanzia e la Swiss Society for Early Childhood Research (SSECR) desiderano condividere con un vasto pubblico le conoscenze della ricerca svizzera sulla prima infanzia.

Questo numero delle «News dal mondo scientifico» è dedicato al tema «L'uso degli schermi nella prima infanzia». I tre contributi di questo numero analizzano gli effetti dell'uso degli schermi da parte dei genitori e dei bambini stessi sullo sviluppo infantile e presentano le più recenti conoscenze sull'utilizzo dei media digitali da parte dei bambini piccoli in Svizzera.

I numeri precedenti e i singoli articoli sono disponibili in formato PDF sui nostri siti web:

- [Alleanza Infanzia: tutte le edizioni in sintesi](#)
- [SSECR: tutte le edizioni in sintesi](#)
- [Le sfide legate alla nascita \(2/2025\)](#)
- [Il gioco nella prima infanzia \(1/2025\)](#)
- [Sviluppo emotivo nella prima infanzia \(2/2024\)](#)
- [Sviluppo del linguaggio nella prima infanzia \(1/2024\)](#)
- [Inclusione nella prima infanzia \(02/2023\)](#)
- [Media digitali e prima infanzia \(01/2023\)](#)
- [Salute nella prima infanzia \(2/2022\)](#)
- [Integrazione nella prima infanzia \(1/2022\)](#)

Saremo felici di conoscere la vostra opinione su questa pubblicazione e di ricevere suggerimenti o proposte di temi che desiderate vengano trattati nei prossimi numeri. Siamo inoltre disponibili a collaborare con altre organizzazioni per affrontare temi specifici.

Vi auguriamo buona lettura e approfondimenti stimolanti!

Alleanza Infanzia e SSECR

Gli schermi nei primi anni di vita: cosa dice la ricerca?

Un contributo di Fabio Sticca (a, b), Valérie Brauchli (b, c) e Patricia Lannen (b)

a) Alta scuola intercantonale di pedagogia curativa, Zurigo, b) Marie Meierhofer Institut für das Kind, Zurigo, c) Scuola universitaria professionale zurigese per le scienze applicate, Zurigo

Smartphone, tablet e televisori sono ormai parte integrante della vita quotidiana di molte famiglie. Anche i bambini molto piccoli trascorrono spesso del tempo davanti agli schermi. Una nuova revisione della letteratura scientifica riassume ciò che la ricerca indica riguardo al possibile legame tra l'uso degli schermi e lo sviluppo dei bambini nei primi tre anni di vita.

Perché l'uso degli schermi nella prima infanzia è un tema importante

I primi anni di vita rappresentano una fase fondamentale per lo sviluppo dei bambini. Durante questo periodo, neonati e bambini piccoli imparano attraverso l'interazione, il gioco, il movimento e la comunicazione con le persone di riferimento. Con la crescente presenza dei media digitali nella vita quotidiana, genitori e professionisti del settore si interrogano sempre più spesso come il tempo trascorso davanti agli schermi possa essere associato allo sviluppo dei bambini.

Cosa evidenziano gli studi

In questa revisione, Sticca e le sue colleghe hanno analizzato 158 studi internazionali che esaminavano il rapporto tra il tempo trascorso davanti agli schermi e lo sviluppo dei bambini di età compresa tra 0 e 3 anni. Gli studi hanno preso in esame diversi ambiti, tra cui il sonno, lo sviluppo del linguaggio, l'apprendimento, le capacità motorie e lo sviluppo sociale ed emotivo. Su oltre 500 risultati, circa il 42% indicava associazioni negative (ad esempio, sonno di qualità inferiore o riduzione delle capacità motorie), mentre solo circa il 9% evidenziava associazioni positive. Il restante 49% circa dei risultati non mostrava alcun legame chiaro. Ciò suggerisce che il legame tra il tempo trascorso davanti agli schermi e lo sviluppo dei bambini non è sempre univoco.

I risultati indicano inoltre che l'uso degli schermi può risultare meno problematico se vengono soddisfatte determinate condizioni. Le associazioni tendono infatti a essere meno negative quando i contenuti visualizzati sono adeguati all'età e di valore educativo, quando gli schermi sono utilizzati insieme agli adulti e accompagnati da momenti di dialogo, e quando non sottraggono tempo ad aspetti importanti come il movimento, il sonno, le interazioni sociali e una sana alimentazione.

Cosa significa questo per le famiglie e gli operatori del settore

In sintesi, questa analisi mostra che il tempo trascorso davanti agli schermi nei primi anni di vita dovrebbe essere considerato in modo differenziato. Non conta solo la quantità di tempo trascorso davanti agli schermi, ma anche i contenuti e il contesto in cui i media vengono utilizzati. Allo stesso tempo, resta importante approfondire la ricerca tramite studi longitudinali per comprendere meglio in che modo l'utilizzo degli schermi possa influenzare i bambini piccoli e come genitori e professionisti possano supportare uno sviluppo sano in un mondo digitale.

Riferimento:

Sticca, F., Brauchli, V., & Lannen, P. (2025).

Screen on = development off? A systematic scoping review and a developmental psychology perspective on the effects of screen time on early childhood development. *Frontiers in Developmental Psychology*, 2:1439040.

doi.org/10.3389/fdpys.2024.1439040

Link (open access):

www.frontiersin.org/journals/developmental-psychology/articles/10.3389/fdpys.2024.1439040/full

Come i bambini piccoli in Svizzera utilizzano i media digitali: risultati di uno studio nazionale

Un contributo di Nevena Dimitrova, Scuola universitaria professionale di lavoro sociale e della sanità Losanna (HES-SO)

I media digitali fanno ormai parte della vita quotidiana, anche per i bambini molto piccoli. Tuttavia, fino a poco tempo fa erano disponibili pochi dati su come i bambini in età prescolare utilizzino effettivamente gli schermi in Svizzera. Comprendere meglio queste abitudini è fondamentale per aiutare i genitori, i professionisti dell'educazione e i responsabili politici a formulare raccomandazioni realistiche e adeguate.

L'uso dei media nei bambini piccoli

Lo studio nazionale SWIPE offre la prima panoramica completa sull'uso dei media digitali da parte dei bambini svizzeri di età compresa tra 0 e 5 anni. Mostra inoltre come gli schermi si integrino nella vita quotidiana delle famiglie. In totale, 4'173 genitori, provenienti da tutte le regioni linguistiche della Svizzera, hanno risposto a un sondaggio online sulle abitudini digitali dei propri figli.

L'indagine ha preso in esame diversi aspetti: l'accesso ai dispositivi (smartphone, tablet, ecc.), il tempo di utilizzo, la tipologia di attività svolte e le situazioni in cui vengono utilizzati gli schermi.

I risultati mostrano che i bambini trascorrono in media circa 71 minuti al giorno davanti ai media digitali e che questo tempo aumenta con l'età. Smartphone e tablet sono i dispositivi più utilizzati. Circa la metà delle attività medialità dei bambini non richiede l'uso di uno schermo, come ad esempio ascoltare musica o audiolibri.

I genitori spiegano di utilizzare i media digitali principalmente per scopi educativi, per intrattenere i figli o per ritagliarsi del tempo da dedicare alle faccende domestiche. Nella maggior parte dei casi, i bambini usano gli schermi insieme a un genitore, ma circa il 17% li utilizza da solo.

Gli schermi vengono utilizzati soprattutto nei momenti di attesa o di tempo libero, ad esempio al mattino o, più spesso, nel pomeriggio. Tuttavia, circa il 20% dei bambini utilizza dispositivi elettronici prima di andare a dormire, il che può compromettere la qualità del loro sonno.

Quali sono le implicazioni per le famiglie e le politiche pubbliche?

Nel complesso, lo studio suggerisce che il tempo trascorso dai bambini piccoli davanti allo schermo in Svizzera rimanga generalmente entro i limiti raccomandati dall'Organizzazione mondiale della sanità, che prevedono meno di un'ora al giorno per i bambini dai 2 ai 6 anni.

Per contro, i bambini di età inferiore ai due anni trascorrono in media circa 20 minuti al giorno davanti a uno schermo. Ciò dimostra che le raccomandazioni che consigliano di evitare qualsiasi esposizione agli schermi nei primi due anni di vita non sono sempre rispettate.

Questi risultati mostrano che è importante non concentrarsi esclusivamente sul tempo trascorso davanti allo schermo, ma anche sulla qualità dei contenuti e sul contesto in cui vengono utilizzati. Sottolineano inoltre la necessità di fornire un maggiore sostegno ai genitori e di sviluppare politiche a favore delle famiglie, ad esempio facilitando l'accesso ai servizi di custodia, offrendo più spazi pubblici adatti ai bambini e incoraggiando attività alternative per i più piccoli.

Riferimento:

Schmid, J., Unternährer, E., Benecchi, E., Bernath, J., Bolten, M., Burkhardt Bossi, C., Iskrzycki, K., Mazzoni, P., Steiner, O., Sticca, F., & Dimitrova, N. (2025). Digital Media Use in 0–5 Year-Old Children in Switzerland. *Swiss Psychology Open*, 5(1): 4, 1–16.

Link (open access):

doi.org/10.5334/spo.89

Genitori e schermi – Modelli di utilizzo degli schermi da parte dei genitori e sviluppo infantile

Un contributo di Eva Unternährer, Dipartimento di ricerca psichiatrica infantile e adolescenziale, Cliniche psichiatriche universitarie, Università Basilea, e Katherine T. Cost, Department of Psychology, University of Waterloo, Canada

Sebbene l'uso degli schermi, in particolare da parte dei bambini piccoli, sia motivo di preoccupazione per molti esperti, generalmente si presta meno attenzione all'uso che ne fanno i genitori. Lo studio di Unternährer e Cost ha quindi indagato la relazione tra i profili di utilizzo degli schermi da parte dei genitori e l'uso che ne fanno i bambini, nonché il benessere emotivo di questi ultimi.

Lo studio ha coinvolto una coorte di 867 genitori canadesi con figli di 5 anni.

Modelli di utilizzo dello schermo da parte dei genitori

Le ricercatrici hanno individuato sei diversi profili di utilizzo basati sull'uso da parte dei genitori di schermi mobili (ad es. smartphone) e non mobili (ad es. televisione). I tempi di utilizzo dei diversi profili variavano da un tempo di esposizione allo schermo relativamente basso (circa 1 ora al giorno) a uno elevato (circa 4,5 ore al giorno). I profili differivano principalmente per quanto riguarda l'utilizzo dei dispositivi mobili, ma non per quello della televisione:

- Profilo 1: basso utilizzo degli schermi (37,3 % dei genitori), con una media di 55 minuti di televisione e 2 minuti di utilizzo dei dispositivi mobili al giorno.
- Profilo 2: maggiore utilizzo della televisione rispetto ai dispositivi mobili (30,1 % dei genitori), con una media di 62 minuti di televisione e 30 minuti di utilizzo dei dispositivi mobili al giorno.
- Profilo 3: utilizzo equivalente di televisione e dispositivi mobili (20,4 % dei genitori) con una media di 65 minuti di televisione e 60 minuti di utilizzo dei dispositivi mobili al giorno.
- Profili 4-6: maggiore utilizzo di dispositivi mobili rispetto alla televisione, con tempi di utilizzo complessivi più elevati (rispettivamente 6,6 %, 4,4 % e 1,3 % dei genitori). In media 64, 87 e 97 minuti di televisione e 84, 120 e 174 minuti di utilizzo dei dispositivi mobili al giorno.

I genitori single presentavano un rischio maggiore di rientrare nei profili con tempi di utilizzo più elevati. Allo stesso modo, un reddito familiare più basso risultava associato ad alcuni dei profili che presentavano un utilizzo più elevato dei dispositivi mobili, il che potrebbe essere dovuto a un accesso limitato al sostegno sociale e a forme alternative di intrattenimento.

Genitori come modelli per i propri figli

I risultati hanno dimostrato che i bambini i cui genitori rientravano nei profili di utilizzo con un maggiore uso dei dispositivi mobili trascorrevano a loro volta più tempo davanti agli schermi. Inoltre, i figli i cui genitori appartenevano al profilo di utilizzo più elevato mostravano livelli più alti di difficoltà socio-emotive.

Implicazioni

L'uso degli schermi da parte dei bambini non va considerato in modo isolato, ma riflette anche i modelli di utilizzo dei genitori e il più ampio contesto familiare. Comprendere queste dinamiche è fondamentale per fornire alle famiglie un orientamento adeguato, aiutandole a confrontarsi con un mondo sempre più digitale.

I risultati sottolineano l'importanza di fornire un sostegno mirato alle famiglie vulnerabili, le quali potrebbero beneficiare di risorse aggiuntive e di indicazioni per un uso sano della tecnologia. Infine, il tempo trascorso dai genitori davanti allo schermo è un fattore rilevante nello sviluppo della prima infanzia, che merita attenzione sia nell'ambito della pratica clinica che nel dibattito politico.

Referimento:

Cost, K. T.*, Unternährer, E.*, Tsujimoto, K., Vanderloo, L. L., Birken, C. S., Maguire, J. L., Szatmari, P., & Charach, A. (2023). Patterns of parent screen use, child screen time, and child socio-emotional problems at 5 years. *Journal of Neuroendocrinology*, 35(7), e13246.

* primi autori congiunti

Link (open access):

doi.org/10.1111/jne.13246

Le sfide legate ai media digitali nella prima infanzia – un tema importante per Alleanza Infanzia e SSECR

I media digitali fanno parte della vita quotidiana di genitori e bambini, anche dei più piccoli. Nel dibattito pubblico si tende per lo più a mettere in guardia dalle possibili conseguenze negative dell'uso dei media digitali per lo sviluppo infantile. Anche nella ricerca sono stati finora esaminati principalmente gli effetti negativi sullo sviluppo. Tuttavia, questi emergono solo in circa la metà degli studi. Diversi fattori sembrano influenzare gli effetti dei media digitali sui bambini, tra cui la qualità dei contenuti, il contesto in cui sono impiegati e le modalità di utilizzo dei genitori.

Per approfondire l'analisi di questi fattori in Svizzera, quest'anno è stato costituito un gruppo di interesse sui media digitali (Digital Media SIG) all'interno della SSECR. L'obiettivo del gruppo è quello di mettere in rete ricercatori e ricercatrici di diverse discipline, quali la pediatria, la psicologia dello sviluppo, le scienze dell'educazione, le scienze della comunicazione, ecc.

Mentre la ricerca finora si è concentrata principalmente sulla durata del tempo trascorso davanti agli schermi, l'obiettivo del Digital Media SIG è descrivere con maggiore precisione in quali condizioni e per quali bambini in Svizzera l'uso di determinati media digitali può influire negativamente o positivamente sullo sviluppo infantile. I tre contributi qui raccolti adottano proprio questo approccio differenziato. Il loro obiettivo è anche quello di ricavare dai risultati scientifici misure altrettanto differenziate ed efficaci, che si basano sul benessere dei bambini e non su paure diffuse tra gli adulti.

Alleanza Infanzia si occupa, nell'ambito di diversi progetti, del tema dei «media digitali» nella prima infanzia e oltre. Gli sviluppi della trasformazione digitale sono stati così integrati nella nuova versione ampliata del Quadro d'orientamento per l'educazione dell'infanzia.

In diverse occasioni abbiamo contribuito al trasferimento di conoscenze tra ricerca, pratica e politica, sia attraverso la presente serie di pubblicazioni, sia con una sessione nell'ambito della conferenza annuale della SSECR 2025 sul tema «Crescere nell'era digitale».

Inoltre, seguiamo gli sviluppi politici in questo ambito, ad esempio per quanto riguarda la regolamentazione delle piattaforme social o delle applicazioni destinate ai bambini. Sul nostro sito web pubblichiamo regolarmente aggiornamenti sulle ultime scoperte scientifiche, prese di posizione, nonché strumenti pratici per professionisti e genitori riguardo a questi temi.

Impressum

Edito da	Alleanza Infanzia Glockengasse 7 4051 Basilea www.alliance-enfance.ch	Swiss Society for Early Childhood Research SSECR Pädagogische Hochschule Thurgau Unterer Schulweg 3 8280 Kreuzlingen www.earlychildhoodresearch.ch
Autrici/Autori	Valérie Brauchli, Katherine T. Cost, Nevena Dimitrova, Patricia Lannen, Fabio Sticca, Eva Unternährer	
Supporto redazionale	Eliane Fischer, Alleanza Infanzia	
Data di pubblicazione	Aprile 2026	

Charta sul trasferimento delle conoscenze

Conoscete già la nostra Charta «Trasferimento delle conoscenze tra scienza, pratica e politica nella prima infanzia»? Essa offre alle attrici e gli attori della scienza, della pratica e della politica l'opportunità di sottoscrivere concetti comuni volti a mobilitare e generare sapere e, quindi, a rafforzare il trasferimento delle conoscenze in tutti gli ambiti.



Leggete e firmate ora!