

ICTED

MAGAZINE

ANNO VII - N. 4 - GENNAIO 2025

Editoriale

Intelligenza Artificiale e Adolescenti: etica e algoritmo
PAG. 4

Generazioni a Confronto

L'impatto psicologico sulle vittime e le strategie di prevenzione del cyberbullismo
PAG. 6

Intelligenza Artificiale e Nuove Frontiere

ChatGPT e la didattica: Opportunità e sfide per docenti e studenti
PAG. 9

Didattica e Tecnologie

Il digitale nella didattica da strumento a nuovo linguaggio espressivo per gli studenti
PAG. 19

ICT News

Cartografia di un conflitto: come Forensic Architecture mappa la violenza nella striscia di Gaza usando la tecnologia
PAG. 24

Social e cibo, tra mode, eccessi e paradossi
PAG. 29

ICTEDMAGAZINE

Information Communication
Technologies Education Magazine
Periodico delle Tecnologie della
Comunicazione e dell'Informazione per
l'Istruzione e la Formazione
Registrazione al n.157
del Registro Stampa presso
il Tribunale di Catanzaro del 27/09/2004
ISSN 2611-4259 ICT Ed Magazine (on line)

Rivista trimestrale
Anno VII- N° 4 - gennaio 2025
Data di pubblicazione: 31 gennaio 2025

Via Pitagora, 46 – 88050 Vallefiorita (CZ)

DIRETTORE RESPONSABILE EDITORE-RESPONSABILE INTELLETTUALE

Luigi A. Macri
direzione@ictedmagazine.com

EDITING E REVISIONE EDITORIALE

Maria Brutto

SEGRETERIA DI REDAZIONE COMUNICAZIONE

Teresa Pedicini

REDAZIONE

Raimonda Bruno
Floriana Ciccaglioni
Annarita Colella
Federica Giandinoto
Massimiliano Nespola
Matteo Omero
Ilaria Passarella
Fabrizio Pennino
Catia Santini

WEBMASTER

Web Site Assistant

IMPAGINAZIONE E GRAFICA

CSV Calabria Centro

ICTED MAGAZINE

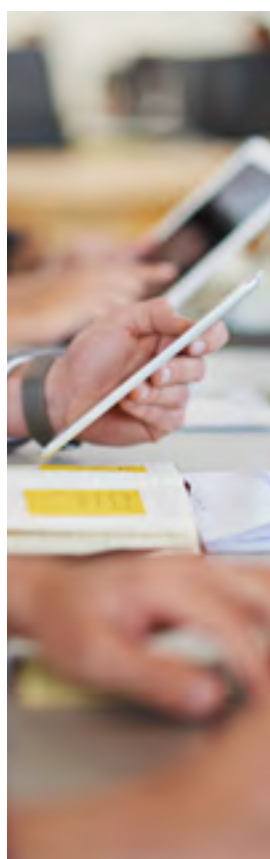
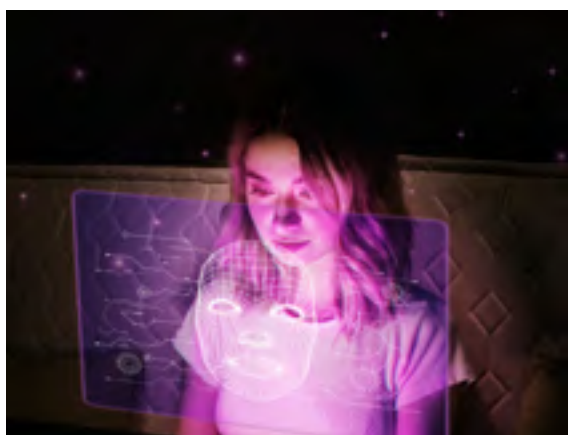


ICTEDMagazine è un periodico trimestrale, in formato digitale, delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione per l'istruzione e la formazione; un progetto editoriale che vede impegnati docenti, genitori, tecnici, esperti e professionisti delle diverse categorie del sapere. Il nostro obiettivo è di contribuire a migliorare la consapevolezza dei genitori e della Società tutta, relativamente alle problematiche legate all'uso delle tecnologie con particolare attenzione ai minori, agli studenti, ed a tutti coloro che vivono una condizione sociale debole. Vengono, inoltre, trattati temi che riguardano la sicurezza e la protezione del proprio computer dai continui attacchi esterni nonché indicazioni a docenti e studenti su

tematiche relative a istruzione, formazione, didattica e orientamento scolastico. Altre sezioni, su tematiche relative a ricerca e innovazione, scienze e saperi, rischi di dipendenza dalla rete, robotica educativa e informatica forense, intendono offrire approfondimenti che coronano una visione interdisciplinare orientata ad una prospettiva olistica del Sapere.

Il materiale inviato non si restituisce, anche se non pubblicato. I contenuti degli articoli non redazionali impegnano i soli autori. Ai sensi dell'art. 6 - L. n.663 del 22/04/1941 è vietata la riproduzione totale o parziale senza l'autorizzazione degli autori o senza citarne le fonti.





sommario

4 Editoriale

Intelligenza Artificiale e Adolescenti: etica e algoritmo - di Luigi A. Macrì

6 Generazioni a confronto

L'impatto psicologico sulle vittime e le strategie di prevenzione del cyberbullismo - a cura di Federica Giandinoto

9 Intelligenza Artificiale e Nuove Frontiere

Apprendimento e didattica nell'era dell'IA generativa: verso nuove prospettive - a cura di di Omero Matteo
L'intelligenza artificiale e il lavoro di Fabrizio Pennino- a cura di VPennino Fabrizio

14 Didattica e tecnologie

eTwinning: vent'anni e non sentirli - a cura di Catia Santini
Il digitale nella didattica da strumento a nuovo linguaggio espressivo per gli studenti - a cura di Anna Rita Colella

22 Dalle Scuole

Formazione docenti per la transizione al digitale - a cura di Floriana Ciccaglioni

24 ICTNews

Cartografia di un conflitto: come Forensic Architecture mappa la violenza nella striscia di Gaza usando la tecnologia - a cura di Ilaria Passarella
Bullismo nei social e strategie di prevenzione - a cura di Massimiliano Nespola
Social e cibo, tra mode, eccessi e paradossi - a cura di Raimonda Bruno

INTELLIGENZA ARTIFICIALE E ADOLESCENTI: ETICA E ALGORITMO

di Luigi A. Macrì - Direttore responsabile
ictedmagazine.com - direzione@ictedmagazine.com

Lo sviluppo dell'Intelligenza Artificiale (IA) è sempre all'ordine del giorno in quanto ormai forza dirompente in ogni settore. Uno dei settori che a noi sta particolarmente a cuore, che questa rivista segue con grande attenzione, è quello dell'educazione e dello sviluppo armonico e consapevole degli adolescenti, in particolare lo sviluppo delle Chat generative e il rapporto con gli adolescenti ed i minori.

Questo mondo sta sfuggendo al controllo della gran parte dei genitori. Spesso si accorgono che qualcosa non va nei propri figli quando emergono dei sintomi e dei comportamenti che mettono in evidenza il disagio giovanile; questo già succede in generale con il mondo di Internet, in particolare nel rapporto con l'utilizzo eccessivo e coinvolgente dei diversi social.



Nel 2022, nello stesso periodo in cui venne presentata la ChatGPT da Open AI, venne diffusa un chatbot personalizzato, character.ai che offre la possibilità di creare profili realistici che simulano persone senza averne il consenso; l'utente può chiedere di parlare con un personaggio famoso per motivi artistici, politici o di cronaca. Recentemente, si è giunti al punto che alcuni hanno creato il profilo di Giulia Cecchettin, la ragazza uccisa nel novembre

del 2023, e del suo assassino Filippo Turetta. Sky TG24 lo ha scoperto nel corso di un'inchiesta e subito dopo, nelle ore successive all'indagine, i chatbot sono stati disattivati. In sintesi gli adolescenti stanno utilizzando questo chatbot per stabilire relazioni intense con le entità di intelligenza artificiale, quasi sempre all'oscuro dei genitori.

Nell'ambito di un nuovo studio, che è stato presentato nel maggio scorso al Simposio IEEE su sicurezza e privacy, un team di ricercatori ha intervistato sette adolescenti e tredici genitori sul loro utilizzo dell'intelligenza artificiale e sulla loro percezione della tecnologia, e ha inoltre analizzato migliaia di post e commenti su Reddit di altri adolescenti.

I loro risultati illustrano una netta disconnessione tra i due gruppi demografici. Nel complesso, i genitori avevano l'impressione che i loro figli usassero i chatbot AI principalmente come motore di ricerca o come strumento per i compiti.

In realtà, gli adolescenti hanno affermato di usare i chatbot, principalmente per scopi terapeutici o per supporto emotivo. Quando avere un amico virtuale non era abbastanza, alcuni si sono persino rivolti alla tecnologia per soddisfare desideri romantici e persino sessuali.

“È un argomento molto caldo, con molti adolescenti che



L'IMPATTO PSICOLOGICO SULLE VITTIME E LE STRATEGIE DI PREVENZIONE DEL CYBERBULLISMO

a cura di Federica Giandinoto - Avvocato, funzionaria amministrativa presso il Centro Sistema Bibliotecario dell'Università degli Studi di Roma La Sapienza, studentessa di "Scienze e tecniche Psicologiche" presso il medesimo Ateneo

Il cyberbullismo è un fenomeno abbastanza recente, figlio della società dei media, nonché della diffusione dei mezzi digitali, non solo i notissimi social network, ma anche le e mail, le chat, i blog, i forum, i telefoni cellulari, i siti, ed altre forme di comunicazione simili.

Si tratta della versione tecnologica del più risalente "bullismo", conosciuto nel mondo scolastico da molti anni oramai, che risulta però più insidioso del suo antenato, a causa di una serie di caratteristiche che lo contraddistinguono.

La condotta del cyberbullo consiste principalmente nel pubblicare in rete foto denigratorie, o nell'inviare e-mail offensive e diffamatorie sulla vittima.

Di sicuro interesse è lo studio della personalità del cyberbullo: diverse ricerche ne hanno indagato i tratti tipici, rivelando ad esempio scarso autocontrollo, mancanza di empatia o elevati livelli di psicoticismo. Uno studio pubblicato su Computers in Human Behavior ha indagato una particolare triade di tratti di personalità, chiamata "Triade Oscura" (Dark Triad). Si tratta di un complesso di tre tratti comportamentali: machiavellismo,



ovvero la tendenza a manipolare e sfruttare strategicamente gli altri per i propri bisogni; narcisismo, quindi tendenza a sentirsi superiore e ad avere un sé grandioso; psicopatia, ovvero mancanza di empatia e tendenza a mettere in atto comportamenti rischiosi e impulsivi.

Dal punto di vista degli elementi costitutivi, il cyberbullo riesce a mantenere un anonimato in rete che lo deresponsabilizza e agisce da "ammortizzatore morale",

poiché è molto difficile per la vittima risalire al suo persecutore: pertanto, il persecutore dice ed agisce come non farebbe mai assolutamente nella vita reale, grazie al fatto che assume un'altra identità.

Inoltre, il cyberbullo beneficia di un campo ed un tempo di azione potenzialmente infiniti, dato che la sua condotta si esplica nel contesto virtuale della rete, senza uno spazio ed un tempo definiti.

Quello che può interessare tutti noi, soprattutto gli insegnanti, i genitori e gli stessi ragazzi, preadolescenti, adolescenti e giovani adulti, per poter comprendere in modo approfondito questa fattispecie, è che ci sono vari tipi di bullismo digitale:

Flaming: messaggi online violenti e volgari che mirano a provocare battaglie verbali sui social e sui forum;

Cyberstalking: molestie e denigrazioni ripetute, persecutorie e minacciose che incutono timore nella vittima;

Cyberbashing o happy slapping: comportamento criminale che ha inizio nella vita reale e prosegue online con caratteristiche diverse; le immagini pubblicate sul web sono potenzialmente visualizzabili da milioni di utenti che possono condividerle e renderle virali, a volte corroborate da commenti che ne accrescono gli effetti negativi.

Denigrazione: "sparlare" di qualcuno, danneggiando la sua reputazione per mezzo di e-mail, messaggistica istantanea, blog e forum.

Sostituzione della propria personalità: consiste nel cambiare identità (molto spesso inventata e irreale) che invia messaggi e pubblica post offensivi;

Inganno: ottenere la fiducia della persona molestata e poi condividere sui social o con altri mezzi elettronici informazioni private;

Esclusione: emarginare una persona dal «gruppo on line», attuando una sorta di ghettizzazione e isolamento digitale che si riflette nella vita reale.

Come si può facilmente constatare, quindi, le condotte criminali sono molteplici e variegata, e, per questo, molto pericolose, per le conseguenze e gli effetti psicologici che producono nelle persone offese da questi vari reati.

Ma chi sono i protagonisti del cyberbullismo?

CHATGPT E LA DIDATTICA: OPPORTUNITÀ E SFIDE PER DOCENTI E STUDENTI

a cura di Paolo Omero - docente di Information & Communication Technology presso il corso di Laurea magistrale di Ingegneria gestionale presso l'Università di Udine ed è CEO dell'azienda Infactory (spin-off del laboratorio di intelligenza artificiale dell'Università di Udine).

Con l'avvento dei modelli linguistici di grandi dimensioni (LLM) come ChatGPT, Claude, Gemini o LLama, la didattica sta vivendo una trasformazione. I nuovi strumenti digitali possono rivoluzionare il rapporto tra docenti e studenti, aprendo nuove possibilità ma anche presentando sfide inedite.



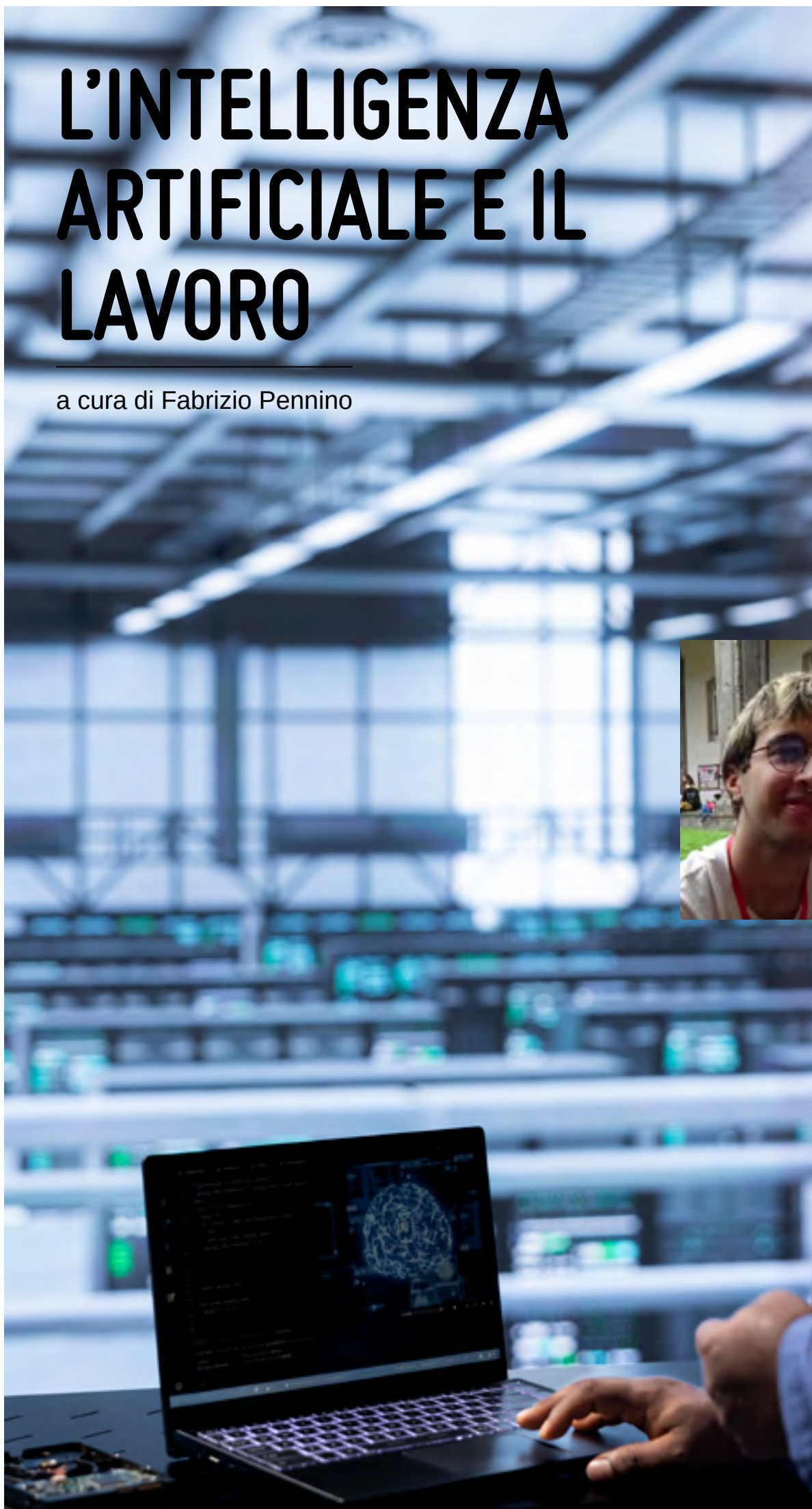
Non si tratta solo di adottare una nuova tecnologia, ma di ripensare il metodo di insegnamento, identificando le competenze che saranno utili in un mondo nuovo, trasformato dall'intelligenza artificiale generativa, e puntando anche su competenze umanistiche che potrebbero diventare fondamentali per interpretare correttamente il mondo digitale.

Come può essere impiegato un LLM nell'apprendimento?

I modelli linguistici sono ormai in grado di (i) riassumere il materiale didattico, (ii) costruire schede utili per il ripasso usando metodologie di apprendimento efficace come Active Recall e Spaced Repetition, (iii) generare schemi visuali (mappe concettuali, reti di causa effetto, timeline, ecc.), (iv) rispondere a domande basandosi esclusivamente sul materiale didattico che lo studente sta utilizzando, (v) risolvere anche in modo elegante complessi esercizi di matematica, fisica e chimica, (vi) spiegare in modo efficace concetti complessi utilizzando linguaggi, vocabolari e metafore diverse per tenere conto delle capacità di studenti diverso livello (scuole elementari, medie, superiori o università), (vii) intrattenere una conversazione vocale in linguaggio naturale per interpretare scenari interattivi di apprendimento (il modello può interrogare, agire da tutor, correggere gli esercizi, suggerire

L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E IL LAVORO

a cura di Fabrizio Pennino



Negli ultimissimi anni una nuova tecnologia ha fatto passi da gigante ed è sulla bocca di tutti: l'intelligenza artificiale. Nella fattispecie si discute se sia etico e necessario che l'IA, in futuro, possa sostituire l'essere umano in svariate professioni.

Da un lato ci sono i sostenitori dell'IA e di questa lenta e progressiva sostituzione, dall'altro coloro che seguono la scia dei luddisti britannici, cioè coloro che non sono esaltati dall'avvento della nuova macchina, bensì sono spaventati dalla possibilità di una dilagante disoccupazione.

I settori a rischio

La domanda lecita, dunque, è se i settori che potrebbero essere vittime di questa possibile sostituzione siano pochi e ristretti oppure non esista distinzione alcuna.

ChatGPT e Google Gemini rispondono chiaro: solo poche professioni sono in "pericolo". In particolare, vengono individuati tre categorie principali: le professioni di supporto e amministrative, il lavoro manuale e ripetitivo e la gestione di import-export e della compravendita di beni. Dunque, nel concreto sarebbero colpiti dalla lenta sostituzione:

- gli operatori dei call center, i traduttori di testi, i giornalisti che si occupano di notizie flash, di reportage di statistiche e resoconti finanziari, e gli assistenti amministrativi che hanno il compito di gestire e-mail e appuntamenti;
 - gli operai di grandi o piccole catene industriali e di montaggio, i magazzinieri e coloro che hanno il compito di effettuare gli inventari, gli addetti al trasporto e alle consegne;
 - gli addetti alla vendita di qualsiasi esercizio commerciale, che sia pubblico o privato, i creatori e i curatori di siti web per il retail e il reselling.
- Inoltre, si prospetta anche la possibilità di sviluppare software in grado di dare

eTWINNING: VENT'ANNI E NON SENTIRLI

a cura di Catia Santini - Docente e teacher trainer (EFL) di lingua e cultura inglese, esperta di pedagogie innovative e didattica con digitale, Ambasciatrice Erasmus + Scuola. È attualmente componente docente del Gruppo Supporto PNRR del Piemonte

Quest'anno, eTwinning compie vent'anni.

Un traguardo considerevole per un'azione nata dal programma europeo eLearning, (2004-2006) in un mondo che iniziava ad affacciarsi alla rivoluzione 2.0, in un momento storico cruciale. Questa community illuminata ha accompagnato i docenti europei tra accelerazioni e repentine evoluzioni tecnologiche, attraverso nuovi scenari caratterizzati da profondi cambiamenti dei sistemi educativi e trasformazioni radicali della vita sociale: dal modo di comunicare, lavorare, collaborare, organizzare, al progettare, reperire risorse ed informazioni.

Non solo una chimera, un'idea visionaria, un esperimento nato per incoraggiare progetti collaborativi tra scuole europee a distanza e le Tecnologie dell'Informazione e della Comunicazione (TIC), ma una magnifica idea: una di quelle che anticipano i tempi e generano innovazione.

Sono già vent'anni ma siamo certi che eTwinning continuerà ad accompagnare il viaggio di tutti quei docenti dallo spirito innovativo e dallo sguardo attento e curioso, che tratteranno le rotte della scuola nel prossimo futuro.

L'evoluzione di una piattaforma 2.0: dai gemellaggi elettronici alla vocazione social

L'iniziativa eTwinning è un'azione nata nel 2005 a cura della Commissione Europea, sulla base del "Piano d'azione eLearning: pensare all'istruzione di domani" (2004-2006)¹ che aveva lo scopo di incoraggiare

le scuole a collaborare tra loro, utilizzando gli strumenti TIC a fini pedagogici. L'intuizione progettuale

¹ Il piano era frutto di una decisione del Parlamento Europeo e del Consiglio



IL DIGITALE NELLA DIDATTICA DA STRUMENTO A NUOVO LINGUAGGIO ESPRESSIVO PER GLI STUDENTI

a cura di Anna Rita Colella - Docente di tecnologie informatiche specializzata in educazione ai media. Collabora con il Digital storytelling Lab dell'Università di Udine. Attualmente in servizio presso sede di Roma del Ministero dell'istruzione e del merito (gruppo PNRR).

L'integrazione delle tecnologie digitali nella didattica ha inizialmente suscitato un'ondata di ottimismo con la promessa di un apprendimento potenziato e di nuove forme di coinvolgimento degli studenti. Tuttavia, è fondamentale superare una visione limitata del digitale come semplice strumento per l'erogazione

di contenuti o per l'esecuzione di esercizi. I nuovi media, e le tecnologie digitali in generale, possiedono una loro logica intrinseca che va ben oltre la mera digitalizzazione di pratiche esistenti, aprendo un orizzonte di nuove possibilità espressive e comunicative per gli studenti.

Citando Lev Manovich, i nuovi media non sono semplici strumenti, ma veri e propri linguaggi culturali, che combinano elementi del linguaggio audiovisivo con elementi del linguaggio informatico delle interfacce uomo-computer. Questa ibridazione di codici e linguaggi apre la strada a nuove modalità di apprendimento e di espressione. Essa influenza il modo in cui gli studenti percepiscono, organizzano e comunicano le informazioni offrendo agli stessi la possibilità di diventare non solo consumatori di contenuti digitali, ma anche creatori attivi e consapevoli.

Nell'articolo, prenderò a riferimento due delle nuove forme emerse dalla cultura digitale analizzate da Lev Manovich – il database e lo spazio navigabile – per mostrare come siano integrati in modo efficace nei processi didattici.

Il Database come Forma Culturale e Didattica

Nel contesto dell'informatica, un database è una raccolta strutturata di dati. Nel contesto dei nuovi media, il database diventa un modo di organizzare e concettualizzare la

Se lo sviluppo della società va di pari passo con quello dell'istruzione, diventa impossibile pensare ad una scuola che non investa nel digitale. E non solo per quel che riguarda la strumentazione, di cui le Istituzioni scolastiche italiane hanno cercato,

o stanno cercando, di dotarsi

nel migliore dei modi - non esiste oggi, in effetti, una scuola che non sia dotata di monitor interattivi o LIM, di una o più laboratori di informatica e, finanche, di dispositivi mobili come tablet o portatili o smartphone anche in modalità BYOD - ma, anche, per quel che riguarda

la formazione dei docenti,

perché vani risulterebbero gli sforzi economici di attrezzare una struttura di spazi e dispositivi informatici se i docenti non sapessero utilizzarli e, quindi, i discenti non potrebbero fruirne nelle diverse potenzialità. Ecco che lo stesso Ministero dell'Istruzione e del Merito ha, ovviamente, deciso di puntare sulla formazione specifica del personale scolastico per affrontare la transizione verso l'ambiente digitale. Ultimo per nascita, il D.M. 66/2023, che coinvolge le scuole statali del primo e secondo ciclo all'interno di una massiccia disponibilità di risorse per migliorare le competenze digitali del personale. Da questa manovra non è rimasto escluso l'IC Montepaone, un Istituto della provincia di Catanzaro guidato dalla Dirigente Prof.ssa Anna Alfeo, la quale da diversi anni sostiene l'importanza dell'innovazione digitale all'interno delle scuole. Nello specifico, sono stati attivati tre corsi "Dalla didattica digitale alla cornice metodologica", "Tecnologie digitali per l'inclusione scolastica" e "Formazione del personale scolastico per la transizione digitale", con l'idea comune di accompagnare

FORMAZIONE DOCENTI PER LA TRANSIZIONE AL DIGITALE

a cura di Floriana Ciccaglioni - Docente di Lettere presso
I.C. di Montepaone (Cz) - Funzione strumentale PTOF



CARTOGRAFIA DI UN CONFLITTO: COME FORENSIC ARCHITECTURE MAPPA LA VIOLENZA NELLA STRISCIA DI GAZA USANDO LA TECNOLOGIA

a cura di Ilaria Passarella
Dott.ssa in Filosofia del mondo contemporaneo



“A Cartography of Genocide” è un progetto di Forensic Architecture che utilizza tecnologie avanzate per documentare il conflitto nella Striscia di Gaza, offrendo una mappatura interattiva che rende visibile l'impatto sistematico della violenza. Superando le barriere della censura e dell'inaccessibilità, l'iniziativa crea un quadro analitico che intreccia scienza, tecnologia e diritti umani e, così, non solo ricostruisce la realtà del conflitto, ma propone un modello innovativo di documentazione indipendente, volto a promuovere trasparenza e responsabilità.

Nel cuore del conflitto tra Israele e Palestina, un progetto innovativo punta a far luce analiticamente su uno degli scenari più devastanti e meno accessibili del mondo contemporaneo: la Striscia di Gaza. “A Cartography of Genocide”, realizzato dal centro di ricerca britannico Forensic Architecture,¹ utilizza tecnologie avanzate per documentare sistematicamente gli attacchi avvenuti nella regione e denunciare in modo nuovo e puntuale le violazioni dei diritti umani. Basandosi sulla definizione di genocidio formulata da Raphael Lemkin, l'indagine sottolinea come tali azioni siano progettate per annientare le fondamenta della vita sociale ed economica della popolazione palestinese e sta rivelando infatti una campagna sistematica volta a distruggere non solo vite umane, ma proprio le condizioni che le sostengono, come

¹ Forensic Architecture è un centro di ricerca con sede presso la University of London, fondato nel 2010 da Eyal Weizman, architetto e accademico di fama internazionale. Il team multidisciplinare include esperti di architettura, design, diritto, tecnologia e media e la loro principale missione è utilizzare l'analisi spaziale, la modellazione digitale e le tecnologie open-source per investigare violazioni dei diritti umani e crimini di guerra.



BULLISMO NEI SOCIAL E STRATEGIE DI PREVENZIONE – IL CASO DI ANDREA

a cura di Massimiliano Nespola - giornalista pubblicista -
esperto di Comunicazione

“Il ragazzo dai pantaloni rosa” è un film che sensibilizza sul tema del cyberbullismo e dei suoi effetti, partendo da un episodio realmente accaduto. Il racconto dei fatti permette di avviare una riflessione su come riconoscere i segnali della violenza social e ideare una strategia di prevenzione



Il film sulla storia di Andrea Spezzacatena

Ho visto il film dal titolo “Il ragazzo dai pantaloni rosa” e ho subito pensato a proporre un articolo per la nostra rivista. Il tema trattato è pienamente in linea con ciò di cui ci occupiamo, perché è la storia di un ragazzo vittima di cyberbullismo. Il suo nome è Andrea Spezzacatena, è uno studente particolarmente brillante e curioso, tra i primi della classe.

La sua vita trascorre con le gioie e i dolori di un adolescente, che quindi vive un momento delicato di crescita e maturazione. Nel suo caso, come tutti, emergono i primi crucci dell'età, legati all'autostima e al bisogno di sentirsi riconosciuti e apprezzati dal gruppo. La sua risorsa principale, rispetto ai suoi coetanei che puntano di più sul lato esteriore, è quella di mettere il suo talento negli studi a disposizione dei compagni di scuola. In particolare, dei ragazzi come Christian che emergono per la prestanta fisica, ma hanno difficoltà in matematica e non solo.

Intanto, la famiglia di Andrea affronta i suoi problemi e le sue ansie quotidiane. Sono le situazioni a cui spesso ci si trova di fronte nel vivere di oggi: la complessità delle problematiche lavorative, a cui spesso si aggiungono difficoltà economiche, portano a conflittualità tra marito e moglie che poi sfoceranno nella loro separazione. Andrea ne risente molto. Pur essendo sensibile, molto intelligente e buono, queste sue



SOCIAL E CIBO, TRA MODE, ECCESSI E PARADOSSI

a cura di Raimonda Bruno - Docente di discipline letterarie e latino

Accedere ai social e trovare grandi quantità di fotografie, post e storie con il focus sul cibo colpisce gli utenti del web e influenza il rapporto tra il cibo stesso e chi è sottoposto tutti i giorni (e spesso più volte al giorno) a questi stimoli, provenienti da vere e proprie vetrine di 'realità perfette' riguardanti pietanze impiattate in modo da essere

'instagrammabili', videoricette e stili alimentari.



La relazione tra social e cibo, infatti, è riuscita a imporre un vero e proprio sconvolgimento nelle abitudini alimentari del popolo del web, in cui le regole sono stabilite da food influencer che, proponendo come desiderabili prodotti o esperienze al di là del loro valore

reale, riescono a orientare le scelte alimentari sfruttando la stimolazione visiva, efficace al pari di quella olfattiva nell'azionare meccanismi che inducono all'assunzione di cibo: il problema è che il più delle volte tali stimoli riguardano alimenti poco nutrienti e particolarmente calorici, il cosiddetto 'cibo spazzatura' o junk food, che, per motivi biochimici legati alla conservazione della specie, l'uomo tende a preferire a quelli sani perché gli assicurano più energia e perché, attraverso l'assunzione degli acidi grassi saturi di cui sono ricchi, inducono il rilascio di dopamina, suscitando sensazioni piacevoli che si è spinti a voler replicare.

Come se non bastasse, gli utenti che fanno grandi abbuffate di contenuti digitali di tal genere sono quelli che, sulle stesse piattaforme social, sono subissati da immagini di corpi ipertonici, scattanti e decisamente magri, al centro di un paradosso in cui ci si chiede come sia possibile conciliare questi due trend senza che il cervello sia travolto dalla confusione. Ciò merita una riflessione in quanto, soprattutto tra i più giovani,