Possesso dello smartphone e sintomi dei disturbi del comportamento alimentare nella prima adolescenza.

Gli adolescenti possiedono uno smartphone sempre più precocemente. Le associazioni tra l'età in cui si entra in possesso di uno smartphone e il rischio di sviluppare disturbi del comportamento alimentare (DCA) durante l'adolescenza non sono ancora state approfondite. Obiettivo dello studio è stato quello di esaminare le associazioni, sia trasversali sia longitudinali, tra l'età in cui si possiede uno smartphone e la presenza di sintomi riconducibili ai disturbi del comportamento alimentare durante l'adolescenza. Lo studio Adolescent Brain Cognitive Development (ABCD) ha utilizzato un campione stratificato e probabilistico di scuole, reclutando i partecipanti in 21 centri di ricerca distribuiti negli Stati Uniti. Le scuole sono state selezionate in modo sovrarappresentativo sulla base di razza, etnia, status socioeconomico e grado di urbanizzazione, al fine di ridurre i possibili bias sistematici nel campionamento dei partecipanti. Le percentuali sono state ponderate sulla base dei dati dell'American Community Survey, per ottenere stime rappresentative della popolazione. Le analisi trasversali e longitudinali a due anni hanno utilizzato modelli lineari generalizzati con distribuzione di Poisson e funzione di collegamento logaritmica, applicati ai dati dello studio ABCD relativi agli anni dal 2 al 6 (2018-2024). I dati sono stati analizzati nel periodo 2025-2026. Esposizione: possesso di uno smartphone all'età di 12 anni (sì/no). Sono stati esaminati separatamente, all'età di 12 e 14 anni (sì/no), i seguenti sintomi riconducibili ai disturbi del comportamento alimentare:

- Episodi di alimentazione incontrollata (binge eating).
- Comportamenti compensatori inappropriati finalizzati a prevenire l'aumento di peso.
- Preoccupazione per l'aumento di peso.
- Autostima e valore personale legati al peso corporeo.
- Presenza di almeno un sintomo riconducibile a un disturbo del comportamento alimentare.

Lo studio ha coinvolto 8.957 partecipanti, di cui 4.712 (51,8%) maschi. Tra questi, 6.225 (69,5%) possedevano uno smartphone all'età di 12 anni. Tra i 6.225 partecipanti, i sintomi più frequentemente riportati sono stati gli episodi di alimentazione incontrollata all'età di 12 anni (315 soggetti, 9,2%) e i comportamenti compensatori all'età di 14 anni (494 soggetti, 20,5%). Nelle analisi aggiustate per le variabili confondenti, il possesso di uno smartphone all'età di 12 anni è risultato associato, nell'analisi trasversale, a una maggiore prevalenza di:

- Episodi di alimentazione incontrollata (rapporto di prevalenza, PR: 1,61; IC 95%: 1,17-2,23; p = 0,003).
- Autostima legata al peso corporeo (PR: 2,21; IC 95%: 1,03-4,74; p = 0,04).
- Presenza di almeno un sintomo di disturbo del comportamento alimentare (PR: 1,36; IC 95%: 1,09-1,70; p = 0,007).

Nelle analisi longitudinali, aggiustate per le variabili confondenti, il possesso di uno smartphone all'età di 12 anni è risultato associato a un maggiore rischio di sviluppare, nei due anni successivi:

- Episodi di alimentazione incontrollata (rapporto di rischio, RR: 1,67; IC 95%: 1,11-2,52; p = 0,01).
- Comportamenti compensatori inappropriati per prevenire l'aumento di peso (RR: 1,50; IC 95%: 1,16-1,94; p = 0,002).
- Autostima legata al peso corporeo (RR: 2,03; IC 95%: 1,28-3,19; p = 0,002).
- Presenza di almeno un sintomo di disturbo del comportamento alimentare (RR: 1,49; IC 95%: 1,19-1,87; p minore di 0,001).

In questo studio di coorte condotto su adolescenti statunitensi, il possesso di uno smartphone è risultato associato a diverse manifestazioni riconducibili ai disturbi del comportamento alimentare. I risultati suggeriscono che l'età in cui si entra in possesso di uno smartphone potrebbe essere associata al rischio di sviluppare tali disturbi. Saranno necessari ulteriori studi per comprendere i meccanismi alla base delle associazioni osservate e chiarire il possibile ruolo dell'utilizzo precoce dello smartphone nello sviluppo dei disturbi del comportamento alimentare durante l'adolescenza.*Inizio modulo*

FONTE

Nagata JM, Wong JH, Talebloo J, Engle K, Ganson KT, Testa A, He J, Barnhart WR, Baker FC, Lavender JM."Smartphone Ownership and Eating Disorder Symptoms in Early Adolescence" JAMA Netw Open. 2026 Sep 1;9(9):e2637897. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2026.37897.