**Quante ore sui social?**

>

**Social media:**
**uno studente su quattro oltre 4 ore al giorno, 208mila hanno già un uso a rischio.**
**Le ragazze il doppio dei ragazzi**

Più di un quarto degli studenti tra i 15 e i 19 anni, il **27,4% (circa 679mila)**

**Come sono cambiati i consumi digitali**

"Il tempo trascorso sui social è cresciuto in modo netto nell'ultimo decennio", spiega **Sabrina Molinaro, dirigen**

**Fragilità: segnali più forti nelle ragazze e nei più giovani**

"Dietro l'uso a rischio dei social troviamo spesso un malessere che si esprime anche **Tra le studentesse di**

Il disagio coinvolge anche il corpo. Riferisce di aver sofferto o di soffrire di **disturbi alimentari**

Il **ritiro sociale**

L'uso a rischio è più frequente tra i più giovani: riguarda il 9,9% dei quindicenni e il 9,7% dei sedicenni,

**Gaming, azzardo, violenza, sostanze**

Tra i ragazzi con un uso a rischio dei social il **gaming a rischio**

Più diffusi anche altri consumi. Ha usato la **sigaretta elettronica**

**Cosa può fare la differenza**

Lo studio individua anche le condizioni che accompagnano un rapporto più equilibrato con i social, sen

"Il controllo da solo non basta: conta di più la qualità della relazione", conclude Molinaro. "Servono int

**Nota metodologica**

*Anticipazioni preliminari su dati inediti. ESPAD®Italia 2026: 19.065 studenti di 15-19 anni in 257 scuole*

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □
*Da/ Fonte/ Titolare»*
***CNR***
*Comunicato*
*19 novembre 2026*