

# Tendenze Distrazioni social che bruciano il nostro tempo

Ce la prendiamo spesso con i ragazzi che non riescono a concentrarsi sui libri di scuola, ma per quanto tempo noi adulti riusciamo a soffermarci su un testo? Lo spiega con esattezza «8 secondi. Viaggio nell'era della distrazione» (**Il Saggiatore**) di Lisa Iotti. L'autrice indaga a tutto campo sui mutamenti antropologici prodotti dall'iperconnessione. Scopre per esempio come consultare continuamente lo smartphone ci costringa a

cambiare postura, e rivela che i like di Facebook possono attivare le stesse aree del cervello sollecitate dal consumo di stupefacenti. Un'esplorazione interessante e inquietante allo stesso tempo, che spinge a riflettere sulla natura dell'uomo al tempo dei social network. Accade di «scrollare» i social e perdere la nozione del tempo, bruciando ore preziose, senza averne consapevolezza e dimenticando tutto il resto. «La

memoria del pesce rosso. Come cavarsela in un mondo dove il tempo è la nuova moneta» di Bruno Patino (Vallardi) si addentra nei meccanismi che provocano questa «distrazione», rivela i segreti del «mercato dell'attenzione», merce rara e preziosa, e illustra gli strumenti con i quali i social network creano dipendenza, trasformandoci in «pesci rossi in una boccia digitale». Affronta lo stesso tema dal punto di vista dei più piccoli

«Acchiappasguardi» di Marina Núñez (Kalandraka), illustrazioni di Avi Ofer: mostra come gli adulti, distratti dai dispositivi digitali, talvolta si perdano la vita dei figli e dimentichino l'esistenza di nuovi mondi da esplorare. La protagonista, Vera, è una bambina che cerca nuove forme di comunicazione per distogliere i grandi dallo smartphone: sfida impegnativa anche nella vita reale.

**Sabrina Penteriani**



LISA IOTTI  
**8 secondi. Viaggio nell'era  
della distrazione**  
Il Saggiatore, pagine 248, euro 19