

## 8 secondi. Viaggio nell'era della distrazione

Lisa Iotti

# 8 secondi

Viaggio nell'era della distrazione



**Autore:**

Lisa Iotti

**Pagine:** 248

**Lingua:** italiano

**Edizione:** il saggiatore

**Data di pubblicazione**

1° ottobre 2021

**ISBN:** 8842826316

**ISBN-13:** 978-8842826316

**Prezzo:** 18,00€

Il libro espone i pericoli del recente inquinamento da device: non solo pc e notebook, che limitano la loro influenza a postazioni fisse o quantomeno comode; ma, più che altro, gli ultimi dispositivi che, con la loro caratteristica principale di essere leggeri e di ridotte dimensioni, sono

sempre a portata di mano. Mano che, insieme a testa, collo e gran parte del nostro corpo, risulta essere pericolosamente esposta a rischi di patologie più o meno gravi. Dai problemi di natura posturale che influenzano ossa e muscoli a un progressivo calo del nostro intelletto. Eh sì, perché noi, a quel piccolo diavoleto chiamato smartphone, demandiamo sempre di più azioni che prima eseguivamo in prima persona. Basti pensare al navigatore, che ci impedisce di ricordare anche percorsi semplici a memoria, a consultare le previsioni meteo più volte al giorno, allo schiavismo mentale da smartphone. Se non abbiamo il nostro amico / nemico costantemente accanto a noi, ci sentiamo persi, avvolti da ansie... vuoti. Per tornare a colmare questa apparente mancanza, dovremo riuscire a compiere una forte azione di digital detox, facendo alcuni passi indietro su molti compiti che non guasterebbe tornare a fare alla vecchia maniera. Ci riusciremo? Un'analisi approfondita con pareri di esperti ci aiuterà a capire in quale rete stiamo cadendo e forse a controllare (e non essere controllati) il nostro telefonino. Riusciremo a impedire il regresso mentale delle nuove generazioni? Perché comodità e inconsapevolezza vanno di pari passo e fanno in modo che i giovani, in primis, siano coinvolti da queste profonde modifiche del nostro modo di vivere. Si fa tutto con un click o, meglio, un tap. Ma, come si dice, se tu dai un dito a qualcuno, questi può prendersi il braccio intero. Il tutto, a nostra insaputa. Un'attenta lettura del testo, cosa già in contraddizione con le notifiche, brevi e fugaci, ci sarà, probabilmente, di grande aiuto.