

"Ingerenza Psicologica sulla funzione visiva" di Salvo Cannavà

Scritto da Giovanna Fraterrigo

Sabato 11 Novembre 2023 13:54 - Ultimo aggiornamento Sabato 11 Novembre 2023 15:17



Giovedì 9 novembre ha avuto luogo il primo incontro in aula per i soci Unitre della sezione di Augusta. Ad intrattenere i soci il presidente dell'Associazione, dott. Salvatore Cannavà. Un titolo non facile, "INGERENZA PSICOLOGICA SULLA FUNZIONE VISIVA", ma di grande attualità ed interesse, sia per i più grandi che per i giovani liceali presenti in aula.

L'incipit della dotta relazione del dott. Cannavà, ci ha subito immersi nella realtà quotidiana, confermando quanto è già a nostra conoscenza ma oggetto di negazione e cioè: l'odierno modo di vivere ci sta danneggiando psicologicamente e, di conseguenza, fisicamente.



Ed infatti, il mondo socio virtuale a cui siamo ormai inesorabilmente aggrappati, bambini, ragazzi, giovani, adulti ed anziani, ci arreca, sicuramente, un danno sociale atteso che siamo poveri di relazioni e contatti umani, non riusciamo più ad intrattenere una bella e sana conversazione de visu, ma ci arreca anche e soprattutto un danno fisico (per esempio abbiamo sempre più problemi di natura posturale) e psicologico.

Quest'ultimo, di rimando, arreca danneggiamento anche alla nostra vista.

Stare seduti tante ore innanzi ad uno schermo, sia esso un pc, un tablet o un cellulare, influisce

"Ingerenza Psicologica sulla funzione visiva" di Salvo Cannavà

Scritto da Giovanna Fraterrigo

Sabato 11 Novembre 2023 13:54 - Ultimo aggiornamento Sabato 11 Novembre 2023 15:17

negativamente sul nostro aspetto psicologico e poi visivo (oltre, lo si ripete, ad altri danni di natura fisica ed anche, per esempio, di natura alimentare).



I sempre più presenti (in tutte le fasce di età) e frequenti stati di ansia, depressione, sbalzi di umore, difficoltà ad addormentarsi, insonnia, stress ecc..., sono causati proprio dal troppo cattivo uso che facciamo dei nostri compagni "veri" di vita: i nostri mezzi elettronici.

Influenze negative sul cervello che vanno ad impattare, inesorabilmente, sulla nostra capacità visiva.

È indubbio che oggi soffriamo di una vera e propria dipendenza virtuale. La voglia di onnipresenza, ma forse anche una distrazione dell'attuale società verso le fasce più sole e deboli della popolazione (vedi proprio la terza età), ci porta verso un declino psicofisico anticipato.



Sarebbe auspicabile che prendessimo coscienza di quanto ci stiamo autolesionando moralmente, spiritualmente e fisicamente, così da riappropriarci del nostro fisico, del nostro cervello, della nostra vista, del nostro tempo ma, soprattutto di noi stessi.

"Ingerenza Psicologica sulla funzione visiva" di Salvo Cannavà

Scritto da Giovanna Fraterrigo

Sabato 11 Novembre 2023 13:54 - Ultimo aggiornamento Sabato 11 Novembre 2023 15:17

Dobbiamo fare uno sforzo volitivo non indifferente; dovremmo rinunciare di più alle faccine (emoticons) sorridenti di whatsapp e dispensare più sorrisi veri, sorrisi elargiti con la bocca e con gli occhi, sorrisi che possano esprimere più noi stessi ed il nostro reale stato d'animo.

Ne guadagneremmo tutti di più: più abbracci veri, più baci veri, più salute.

Giovanna Fraterrigo

{comments on}