APPROFONDIMENTO CIVILE

Tutela del diritto alla salute cognitiva

Data pubblicazione: 16/02/2026

Autore: Avv. Roberto Francesco Iannone

Categoria: Civile

Contenuto

La salute cognitiva violata dai social network: profili neuroscientifici, pedagogici e giuridici

L’articolo analizza l’impatto dei social network sulla salute cognitiva, intesa quale integrità delle funzioni mentali superiori (attenzione, memoria, funzioni esecutive e metacognizione). Attraverso un approccio interdisciplinare che integra neuroscienze, scienze della formazione e diritto costituzionale ed europeo, si esamina come l’architettura algoritmica delle piattaforme digitali incida sui circuiti neurobiologici della ricompensa, sulla plasticità cerebrale e sui processi decisionali. L’indagine si estende ai profili giuridici della tutela della salute cognitiva, con particolare riferimento alla responsabilità delle piattaforme ai sensi del Digital Services Act e del Regolamento generale sulla protezione dei dati. L’articolo propone infine una riflessione pedagogica orientata alla promozione della metacognizione digitale e alla salvaguardia dell’autonomia cognitiva quale presupposto della libertà personale e della democrazia.

1. Introduzione: la salute cognitiva come bene giuridico emergente

La nozione di salute cognitiva si colloca all’interno della più ampia definizione di salute quale stato di completo benessere fisico, psichico e sociale elaborata dall’Organizzazione Mondiale della Sanità. In tale prospettiva, l’integrità delle funzioni cognitive superiori rappresenta condizione imprescindibile per l’autonomia individuale, la capacità di autodeterminazione e l’effettività dei diritti fondamentali.

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

Nel contesto digitale contemporaneo, caratterizzato dalla pervasività dei social network — tra cui Instagram, TikTok, Facebook e X — si assiste a una trasformazione strutturale dei processi cognitivi individuali e collettivi. Tali piattaforme non costituiscono meri strumenti di comunicazione, bensì ambienti cognitivi progettati per massimizzare l'engagement attraverso meccanismi algoritmici di personalizzazione e rinforzo intermittente.

La questione centrale che si pone è se e in quale misura l'esposizione prolungata a tali ambienti possa determinare una compromissione sistemica della salute cognitiva, assumendo rilievo anche sul piano giuridico.

2. Architettura algoritmica e sistema dopaminergico

2.1 Il modello dell'economia dell'attenzione

Le piattaforme social operano secondo il paradigma dell'economia dell'attenzione, in cui il tempo di permanenza dell'utente costituisce la principale risorsa economica. La progettazione delle interfacce digitali integra:

- notifiche push;
- ricompense sociali (like, commenti, condivisioni);
- contenuti personalizzati mediante machine learning;
- scrolling infinito.

Tali dispositivi attivano il circuito mesolimbico della ricompensa, con rilascio di dopamina nel nucleo accumbens, secondo un modello di rinforzo intermittente analogo a quello studiato nella psicologia comportamentale.

2.2 Effetti neuroplastici e vulnerabilità evolutiva

La neuroplasticità implica che l'esposizione reiterata a stimoli ad alta salienza emotiva e breve durata possa rimodellare le soglie attentivo-motivazionali. Studi di neuroimaging funzionale evidenziano, nei soggetti con uso problematico dei social:

- ridotta attivazione della corteccia prefrontale dorsolaterale;
- maggiore reattività dell'amigdala;
- incremento dell'impulsività decisionale.

Nei minori e negli adolescenti, la maturazione incompleta delle funzioni esecutive accentua la vulnerabilità agli stimoli algoritmici, determinando un disallineamento tra sistema limbico e controllo

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

inibitorio.

3. Frammentazione dell’attenzione e alterazione dei processi mnemonici

3.1 Attenzione intermittente e contenuti short-form

La diffusione di contenuti brevi e altamente dinamici favorisce una modalità di fruizione discontinua e frammentaria. La riduzione dell’attenzione sostenuta si traduce in:

- difficoltà nella lettura profonda;
- minore tolleranza alla complessità testuale;
- incremento del multitasking inefficiente.

Si assiste a una trasformazione qualitativa dell’attenzione, da sequenziale e riflessiva a reattiva e intermittente.

3.2 Cognitive offloading e memoria

L’esternalizzazione costante della memoria (salvataggi digitali, archivi cloud, cronologie di ricerca) produce il fenomeno del cognitive offloading. La riduzione dell’esercizio mnemonico compromette il consolidamento ippocampale, favorendo un apprendimento superficiale e meno integrato.

La memoria, da funzione interna di rielaborazione, tende a trasformarsi in semplice accesso a database esterni, con conseguenze sul pensiero critico e sulla capacità argomentativa.

4. Polarizzazione cognitiva e dinamiche di manipolazione

Gli algoritmi di raccomandazione generano ambienti informativi omogenei (echo chambers), in cui l’utente è esposto prevalentemente a contenuti coerenti con le proprie convinzioni pregresse.

Tale dinamica rafforza:

- il bias di conferma;
- l’effetto disponibilità;
- la polarizzazione ideologica.

La ripetizione algoritmica accresce la percezione di veridicità attraverso il meccanismo della familiarità cognitiva. Ne risulta una progressiva erosione della metacognizione e della capacità di valutazione critica.

5. Adolescenza, identità e comparazione sociale

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

L’adolescenza rappresenta una fase cruciale per la costruzione dell’identità e dell’autostima. I social network introducono una dimensione performativa dell’identità, misurata attraverso metriche quantitative (like, follower).

Il confronto sociale continuo produce:

- aumento dell’ansia;
- interiorizzazione di standard estetici irrealistici;
- dipendenza da approvazione esterna;
- vulnerabilità depressiva.

La salute cognitiva si intreccia così con quella emotiva, delineando un quadro di rischio psico-sociale complesso.

6. Profili costituzionali e sovranazionali di tutela

6.1 Salute, personalità e istruzione nel sistema costituzionale

Nel sistema italiano, la tutela della salute (art. 32 Cost.), dello sviluppo della persona (artt. 2 e 3 Cost.) e del diritto all’istruzione (art. 34 Cost.) può essere interpretata in chiave estensiva, includendo la protezione dell’integrità cognitiva.

La salute cognitiva costituisce presupposto della libertà di pensiero (art. 21 Cost.) e della partecipazione democratica.

6.2 Responsabilità delle piattaforme digitali

Il Digital Services Act introduce obblighi di valutazione e mitigazione dei rischi sistemici connessi agli algoritmi, con particolare attenzione alla tutela dei minori.

Il Regolamento generale sulla protezione dei dati rafforza la protezione dei dati personali e limita la profilazione automatizzata.

In prospettiva evolutiva, si pone il problema di configurare la compromissione cognitiva derivante da pratiche algoritmiche manipolative quale danno ingiusto ai sensi dell’art. 2043 c.c., o quale esercizio di attività pericolosa ai sensi dell’art. 2050 c.c.

7. Implicazioni pedagogiche: verso una metacognizione digitale

L’approccio educativo non può limitarsi alla proibizione tecnologica, ma deve promuovere:

- alfabetizzazione algoritmica;

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

- consapevolezza dei bias cognitivi;
- esercizio dell’attenzione sostenuta;
- educazione alla lentezza cognitiva.

La scuola e l’università assumono un ruolo cruciale nella formazione di soggetti capaci di abitare l’ambiente digitale in modo critico e autonomo.

8. Conclusioni

La salute cognitiva rappresenta una dimensione emergente della tutela dei diritti fondamentali nell’era digitale. L’architettura dei social network, fondata su meccanismi di massimizzazione dell’attenzione, incide sui circuiti neurobiologici della ricompensa, sulla struttura dell’attenzione e sui processi decisionali.

La questione non è meramente tecnologica, ma antropologica e giuridica. Una mente frammentata, iper-stimolata e polarizzata risulta più vulnerabile alla manipolazione e meno capace di esercitare pienamente la propria libertà.

La protezione della salute cognitiva si configura dunque come presidio della dignità personale e condizione essenziale della democrazia costituzionale.

9. Danno da dipendenza digitale e responsabilità civile delle piattaforme

9.1. La dipendenza digitale come fenomeno clinico e giuridicamente rilevante

La letteratura neuroscientifica riconduce l’uso problematico dei social network a meccanismi analoghi alle dipendenze comportamentali: attivazione del circuito dopaminergico, craving, tolleranza, perdita di controllo, compromissione funzionale.

Sebbene la dipendenza da social media non sia ancora tipizzata autonomamente nei principali manuali diagnostici, l’Organizzazione Mondiale della Sanità ha riconosciuto nel 2019 il *gaming disorder* quale disturbo del controllo degli impulsi, aprendo la strada a una possibile estensione concettuale alle dipendenze digitali non ludiche.

Sul piano clinico, la dipendenza digitale può determinare:

- compromissione dell’attenzione e delle funzioni esecutive;
- disturbi del sonno;
- ansia e depressione;

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

- isolamento sociale;
- deterioramento delle performance scolastiche o lavorative.

Quando tali effetti si traducono in una lesione medicalmente accertabile dell'integrità psico-fisica, essi assumono rilievo ai fini del danno alla salute ex art. 32 Cost.

9.2. Il danno alla salute cognitiva come danno non patrimoniale

Nel sistema italiano, il danno alla salute rientra nella categoria del danno non patrimoniale ex art. 2059 c.c., come elaborato dalla giurisprudenza di legittimità.

La compromissione delle funzioni cognitive può configurarsi come:

- **danno biologico**, ove vi sia accertamento medico-legale di alterazioni funzionali;
- **danno esistenziale**, in presenza di un significativo peggioramento della qualità della vita;
- **danno da perdita di chance formative o lavorative**, nei casi in cui la dipendenza digitale incida sul percorso educativo.

Il punto centrale diventa la prova del nesso causale tra progettazione algoritmica e patologia.

9.3. Profili di responsabilità civile delle piattaforme

Le piattaforme social — quali TikTok, Instagram, Facebook e X — strutturano i propri servizi attraverso meccanismi di engagement intenzionalmente orientati alla massimizzazione del tempo di permanenza.

Si delineano diverse possibili qualificazioni giuridiche

a) Responsabilità extracontrattuale ex art. 2043 c.c.
Qualora si dimostri che:

1. la piattaforma abbia adottato pratiche algoritmiche consapevolmente idonee a generare dipendenza;
2. sussista un danno alla salute;
3. vi sia nesso causale tra progettazione e lesione;

potrebbe configurarsi un illecito aquiliano.

Il problema centrale concerne la prevedibilità e l'evitabilità del danno.

b) Attività pericolosa ex art. 2050 c.c.

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

Una prospettiva innovativa considera l'architettura algoritmica come attività potenzialmente pericolosa, in quanto idonea a incidere su processi neurocognitivi vulnerabili (soprattutto nei minori).

In tal caso, l'onere probatorio si invertirebbe, imponendo alla piattaforma di dimostrare di aver adottato tutte le misure idonee a evitare il danno.

c) Responsabilità da prodotto difettoso

Qualora l'algoritmo sia considerato componente essenziale del "prodotto-servizio digitale", si potrebbe discutere di difetto di sicurezza qualora l'utente sia esposto a rischi non ragionevolmente prevedibili.

9.4. Obblighi di prevenzione e diritto europeo

Il Digital Services Act impone alle grandi piattaforme obblighi di:

- valutazione dei rischi sistemici;
- protezione dei minori;
- mitigazione degli effetti negativi sulla salute mentale.

Tali obblighi potrebbero costituire parametro di valutazione della colpa in sede civile.

Il Regolamento generale sulla protezione dei dati limita la profilazione automatizzata, soprattutto in presenza di minori, rafforzando il principio di minimizzazione del trattamento.

La violazione di tali obblighi può integrare elemento sintomatico di responsabilità.

9.5. Nesso causale e difficoltà probatorie

La principale criticità riguarda la dimostrazione del nesso eziologico.

Occorre accertare:

- esposizione significativa e prolungata;
- vulnerabilità individuale;
- relazione tra dinamiche algoritmiche e insorgenza del disturbo.

La natura multifattoriale della dipendenza rende complesso l'accertamento, ma non lo esclude in linea teorica.

9.6. Minori e dovere di protezione rafforzata

Nei confronti dei minori, la responsabilità delle piattaforme assume rilievo maggiore, in ragione:

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati

- della immaturità neurobiologica;
- della ridotta capacità di autodeterminazione;
- del principio del superiore interesse del minore.

La progettazione persuasiva rivolta a soggetti vulnerabili potrebbe essere valutata come pratica aggressiva o contraria ai doveri di correttezza.

10. Prospettive evolutive: verso un diritto alla integrità cognitiva

La riflessione giuridica contemporanea inizia a interrogarsi sulla configurabilità di un diritto all'integrità cognitiva, inteso come tutela contro interferenze manipolative sui processi decisionali.

In tale prospettiva, la dipendenza digitale non rappresenta soltanto un problema clinico, ma una questione di libertà personale e di autodeterminazione.

La tutela della salute cognitiva si configura così come:

- proiezione del diritto alla salute;
- presidio della dignità umana;
- condizione della democrazia informativa.

A cura dell'avv. Fabrizio Valerio Bonanni Saraceno

Documento generato da www.giurispedia.com | © 2026 Giurispedia - Tutti i diritti riservati