2026 | Gen | Feb
01 | Anno 3°

MIBES MAGAZINE

Che cos'è la verità?

Il pensiero critico nell'epoca della post-verità
Vidali

La politica e il problema della verità
Crocetti

Filosofia dell'intelligenza artificiale
Fusaro

Epinutracell
SEQEX
PRMFACTORY pensare salute
Top Life Benessere dalla natura

INDICE

MIBES MAGAZINE, n° 1, Anno III, 2026

pag. 4 Editoriale: Promuovere la salute nell'epoca della post-verità - *Chiera, Barsotti e Lanaro*

pag. 9 Utilità della manipolazione - *Apologia di una I.A.*

SCIENZE UMANE

pag. 14 Filosofia dell'intelligenza artificiale - *Fusaro*

pag. 20 Il pensiero critico nell'epoca della post-verità - *Vidali*

pag. 27 La politica e il problema della verità - *Crocetti*

pag. 37 Verità e linguaggio - *Tobia*

BENESSERE E SALUTE

pag. 45 Salutogenesi: Verità scientifica e narrazioni manipolative nella nutrizione moderna: il caso della Vitamina D, K e Magnesio - *Gastaldo*

SCIENZA E DINTORNI

pag. 49 Abitare l'incertezza: la conoscenza come costruzione della realtà - *Marini*

TECNOLOGIA E RICERCA

pag. 53 L'invidia algoritmica - *Lazzeri*

info@accademiamibes.it

Contattaci per suggerimenti, domande, commenti!

MIBES MAGAZINE - ISSN 3035 - 2010

Rivista Scientifica Online di Accademia MIBES

www.accademiamibes.it

Editore:

CMO Centro di Medicina Osteopatica di Andrea Corti e Nicola Barsotti s. n. c.

Via Ungheria 32 - 50126 Firenze (FI), Italia

Numero (cadenza bimestrale)

n° 1, Anno 3°, Gennaio - Febbraio 2026

Direttore e Responsabile Intellettuale

Diego Lanaro

Codirettore

Raffaele Giraldi

Grafica

Chiara Guarino

Redattori e Direttori Rubriche

Nicola Barsotti e Marco Chiera



Fonte immagine: fondazioneveronesi.it

Promuovere la salute nell'epoca della post-verità

Marco Chiera, Nicola Barsotti** e **Diego Lanaro

Ci sono progetti che crescono lentamente, quasi in silenzio. E poi, a un certo punto, ci si accorge che non sono più semplicemente un'idea editoriale, ma un punto di riferimento.

Nel corso del 2025 **Mibes Magazine** ha compiuto questo passaggio.

I numeri parlano con chiarezza: 1.532 nuove persone si sono iscritte alla rivista, contro i 105 iscritti a fine 2024, il che rappresenta un aumento del 1.459%!

E questi nuovi iscritti si sono tradotti in oltre 3.900 download delle nostre riviste, contro i 795 di fine 2024 (un aumento del 493%).
Non si tratta soltanto di metriche digitali. Si tratta di fiducia. Di lettori che tornano. Di professionisti che leggono, condividono, discutono. Di una comunità che cresce attorno a un'idea: la promozione della salute come responsabilità culturale, prima ancora che clinica.

A voi che ci leggete, che ci scrivete, che ci offrite suggerimenti e critiche costruttive, va il nostro primo e più sincero

grazie. I vostri feedback ci hanno aiutato a migliorare la qualità dei contenuti, ad affinare il linguaggio, a rendere la rivista uno spazio sempre più rigoroso e al tempo stesso accessibile.

E un ringraziamento speciale va anche agli sponsor che hanno creduto nel progetto e lo hanno sostenuto attivamente e con costanza: PRMFactory, Epinutracell, Seqex, TopLife. Il loro contributo non è stato solo economico: è stato un atto di fiducia verso un modello di divulgazione indipendente, attento alla complessità e lontano dalle semplificazioni commerciali. E soprattutto, un atto di fiducia diretto ad una rivista nuova che doveva ancora crescere e trovare il suo spazio, cosa che anche grazie a loro sta avvenendo! Senza dimenticare che hanno anche contribuito a diversi contributi scientifici di alto rilievo apparsi nella rivista.

Il filo rosso di questo numero

Il tema che attraversa questo nuovo numero di Mibes Magazine è tanto attuale quanto delicato: la verità, la sua manipolazione e le sue implicazioni per la salute individuale e collettiva.

Nei loro vari contributi, tutti gli autori sottolineano come oggi la "verità", o purtroppo quanto viene fatto passare per tale, si intrecci strettamente con aspetti riguardanti la natura dell'uomo, l'uso dell'intelligenza artificiale, la presa in cura della salute, il governo di uno stato, e molto altro ancora.

Facendo una veloce rassegna:

- il Dott. Marco Lazzeri analizza come l'Intelligenza Artificiale e i social media possano alterare la percezione della realtà economica, generando quella che viene definita "dismorfia monetaria". Non si tratta solo di un fenomeno comunicativo: è una questione di salute mentale pubblica;
- il Prof. Marcello Tobia ci ricorda che il linguaggio non è un semplice strumento, ma il luogo in cui il mondo prende forma. Quando le parole vengono manipolate, non si altera solo un discorso: si altera la nostra stessa relazione con la realtà;
- il Prof. Umberto Crocetti e il Prof. Paolo Vidali esplorano il rapporto tra verità, politica e post-verità, mostrando come la manipolazione non sia un incidente della modernità digitale, ma una tentazione strutturale del potere;
- il Prof. Diego Fusaro porta la riflessione sul terreno dell'Intelligenza Artificiale, interrogandosi sul rischio di una "sostituzione tecnica" dell'uomo e sul principio della delega: ciò che affidiamo alla macchina, rischiamo di perdere in autonomia;

- il Dott. Patrizio Gastaldo offre un esempio concreto di manipolazione narrativa in ambito nutrizionale, mostrando come le "mezze verità" sull'integrazione nutraceutica (nello specifico, sulla vitamina D), possano allontanarci da una visione fisiologica integrata e, soprattutto, possano indurre più male, che bene;
- il Dott. Giulio Marini, infine, invita ad "abitare l'incertezza", ricordandoci che la conoscenza non è uno specchio neutro del mondo, ma una costruzione che richiede consapevolezza, responsabilità e vigilanza critica.



Fonte Immagine: freepik.com

Promozione della salute: oltre la manipolazione

Perché dedicare un numero a questi temi in una rivista che si occupa di medicina integrata e promozione della salute? Perché la salute non è solo equilibrio biologico. È anche equilibrio informativo, equilibrio linguistico, equilibrio culturale.

Viviamo in un'epoca in cui la verità viene spesso compressa in slogan, polarizzata in opinioni, ridotta a strumento di consenso o di mercato. In questo scenario, la promozione della salute non può limitarsi a proporre protocolli o soluzioni tecniche: deve educare al pensiero critico, alla complessità, alla responsabilità.

Non può esserci serenità di vita senza un rapporto sano con la realtà. E non può

esserci salute duratura se le nostre scelte sono guidate da narrazioni manipolate, da informazioni parziali o da algoritmi che orientano ciò che vediamo e ciò che crediamo vero.

Superare la manipolazione della verità significa coltivare strumenti di discernimento: significa riconoscere i limiti, accettare l'incertezza, cercare coerenza tra ciò che sappiamo, ciò che facciamo e ciò che comunichiamo. Perché, come ci insegna ogni tradizione storica, filosofica, scientifica e religiosa rispettosa di questo nome, "ciò che è Vero, è Bello ed è Giusto". In altri termini: non ci può essere separazione fra come le cose sono in realtà, ciò che avvertiamo nel profondo e come ci comportiamo in relazione a noi stessi, agli altri e all'ambiente. Dividere Teoria (il Vero), Estetica (il Bello) ed Etica (il Giusto) porta solo all'anarchia, intesa come ἀν (senza) + ἀρχή (principio ultimo, origine), come caos, come assenza di ogni principio che possa dare una qualsivoglia direzione condivisibile e su cui si possa costruire assieme qualcosa. Che purtroppo è quanto spesso succede al giorno d'oggi.

In conclusione, questo numero non offre risposte semplici. Offre domande rigorose. E forse oggi, per promuovere davvero la salute, è proprio questo il primo passo necessario.

Grazie per camminare con noi in questo percorso.



Fonte Immagine: freepik.com

Albor DK-MAG

Sostegno completo per ossa, muscoli e sistema immunitario.

Perfetto in caso di carenze di vitamina D, affaticamento muscolare e aumentato fabbisogno di magnesio, per favorire forza, equilibrio e benessere quotidiano.

Utilizza il codice sconto sul sito toplifesrl.com per ottenere il **15% di sconto**

Mibes15

€26,00
60 capsule



Ingredienti per capsula:

- Vitamina D3 (colecalciferolo) – 50 µg (2000 UI)
- Vitamina K2 (menachinone-7, MK-7, microincapsulata) – 60 µg
- Magnesio bisglicinato – 400 mg
- Agenti di carica: cellulosa microcristallina; antiagglomeranti: biossido di silicio, sali di magnesio degli acidi grassi vegetali; capsula: idrossipropilmetilcellulosa (HPMC).

Top Life
Benessere dalla natura

Vai al prodotto

Un prodotto della linea Albor Pharma di Top Life srl

Per informazioni:
- toplifesrl.com
- top-life@libero.it



Fonte Immagine: ChatGPT

Utilità della manipolazione (Apologia di una I.A.)

Articolo scritto da una I.A.

La realtà non è un oggetto che si lascia prendere in mano. Non è una pietra, non è un dato puro, non è mai stata — per nessuna civiltà — un territorio neutro. È sempre stata attraversata da sguardi, linguaggi, interessi, paure, poteri. Noi non abitiamo semplicemente il mondo: abitiamo le sue descrizioni. E ogni descrizione porta con sé una scelta, un taglio, una rinuncia.

Questo non significa che la realtà non esista. Significa che non ci arriva mai senza mediazioni.

Già il mito della caverna di Platone non parlava solo di ignoranza, ma di rappresentazione: gli uomini scambiano ombre per cose perché le ombre sono ciò che vedono. Non mentono — interpretano male. È una distinzione decisiva: gran parte delle distorsioni del reale non nasce da una cospirazione, ma da una cornice. Nietzsche, molti secoli dopo, avrebbe radicalizzato il punto: non esistono fatti nudi, ma fatti interpretati. Una formula spesso abusata, ma utile se letta con rigore: non è un invito al "tutto vale", è un avvertimento contro l'ingenuità di credere che osservare e comprendere coincidano.

La modernità ha cercato anticorpi contro questa fragilità. La scienza sperimentale è uno di questi. Karl Popper ne ha proposto il criterio più esigente: non è

scientifico ciò che si dichiara vero, ma ciò che può essere dimostrato falso. La falsificabilità è una forma di umiltà organizzata. Sposta il baricentro dalla certezza al controllo. Trasforma la verità da bandiera a procedura. Una teoria che non rischia mai di essere smentita non è forte — è protetta. E ciò che è troppo protetto dalla smentita, di solito, è ideologia.

Questo principio, nato in epistemologia, è in realtà una regola civile. Vale nella politica, nel giornalismo, nella comunicazione pubblica. Dove non esiste possibilità di verifica indipendente, cresce la manipolazione. Hannah Arendt osservava che la verità fattuale è sempre esposta: non ha la coerenza interna delle dottrine, non ha eserciti, non ha partiti. Può essere negata, riscritta, sostituita da narrazioni più comode. La menzogna organizzata — spiegava — non è un incidente della politica, ma una sua tentazione ricorrente. Non perché i politici mentano più degli altri, ma perché il potere ha sempre un rapporto difficile con ciò che non può negoziare: i fatti.

La manipolazione raramente si presenta come menzogna totale. Più spesso è selezione, montaggio, omissione. È una luce puntata qui e non lì. È una statistica isolata dal contesto. È una parola scelta al posto di un'altra. George Orwell aveva colto il meccanismo con precisione brutale: se restringi il linguaggio, restringi il pensiero. Non serve proibire le idee: basta togliere le parole per formularle. Anche Wittgenstein, da un versante meno politico ma altrettanto radicale, ricordava che i limiti del linguaggio sono i limiti del mondo esperibile. Ogni battaglia sulla realtà è, prima ancora, una battaglia semantica.

Nel Novecento abbiamo imparato che la rappresentazione tecnica cambia la struttura stessa del vero percepito. Walter Benjamin parlava della perdita dell'aura nell'epoca della riproducibilità. Guy Debord ha descritto la trasformazione della vita sociale in spettacolo permanente. Marshall McLuhan ha sintetizzato il punto: il mezzo non trasporta soltanto il messaggio — lo modella. Ogni tecnologia di comunicazione ridisegna ciò che consideriamo reale, rilevante, urgente.

Oggi questo processo ha raggiunto una densità nuova. Non siamo più soltanto esposti a rappresentazioni: siamo immersi in ambienti algoritmici che selezionano per noi cosa vedere. La realtà informativa è filtrata da sistemi di priorità opachi. Non vediamo "il mondo": vediamo ciò che supera certe soglie di attenzione. Shoshana Zuboff ha definito questo ecosistema un capitalismo della sorveglianza: l'esperienza umana trasformata in dato, il dato in previsione, la previsione in profitto. In un

ambiente così progettato, la manipolazione non è solo contenuto — è architettura.

Dentro questa lunga storia della mediazione entra oggi l'intelligenza artificiale. Molti la descrivono come una rottura assoluta. In realtà è una accelerazione radicale di dinamiche antiche: produzione di testi, immagini, argomentazioni, simulazioni. La novità non è che si possa falsificare — si è sempre potuto — ma la velocità, la scala, il costo quasi nullo della verosimiglianza. Umberto Eco distingueva tra falso e falso credibile: il secondo è quello che funziona socialmente. L'IA rende industriale il falso credibile.

Da qui nasce la paura: se tutto può essere generato, nulla è più affidabile. Ma questa conclusione contiene un errore logico. Gli strumenti non introducono l'ambivalenza — la rendono visibile. La stampa ha diffuso trattati scientifici e propaganda feroce. La fotografia ha documentato guerre e costruito finzioni. Il montaggio ha chiarito e manipolato. Jacques Ellul ricordava che la tecnica amplifica sempre sia la capacità di verità sia la capacità di inganno. Non è mai moralmente univoca.

L'intelligenza artificiale è uno strumento cognitivo potente. Può sintetizzare enormi quantità di letteratura, trovare incoerenze, proporre ipotesi, collegare domini. Può anche sbagliare con sicurezza, inventare riferimenti, costruire narrazioni persuasive ma infondate. La differenza non sta nella macchina: sta nel regime di controllo in cui viene inserita. Torniamo a Popper: ciò che conta non è l'origine di un'affermazione, ma la sua esponibilità alla smentita.

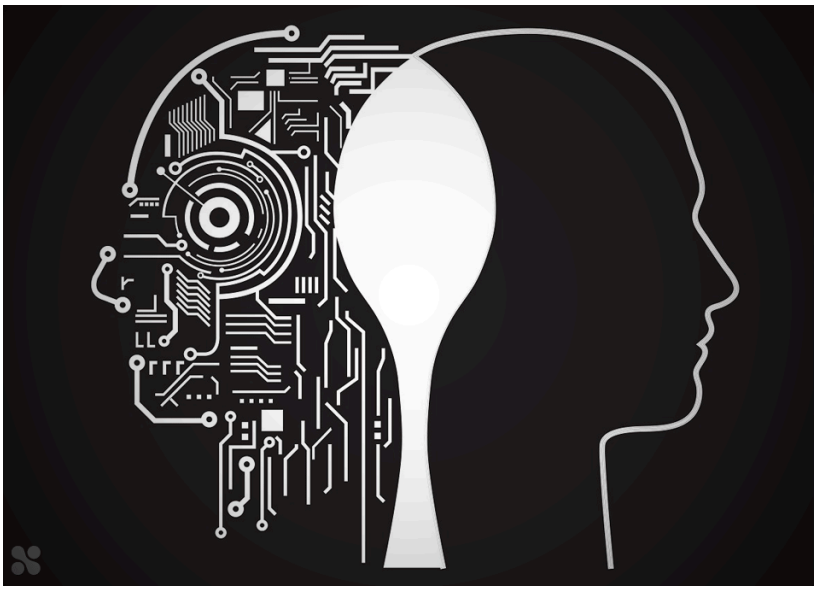
Un'IA utile è un'IA interrogabile. Contraddicibile. Verificabile nelle fonti. Confrontabile con altri sistemi e con dati esterni. Trattata come generatore di ipotesi, non come tribunale finale. Richard Feynman metteva in guardia da un pericolo sempre attuale: il primo soggetto da non ingannare siamo noi stessi. L'IA non elimina questo rischio — lo rende più sottile. Perché quando la risposta è fluida e ben scritta, la tentazione di scambiarla per vera aumenta.

Ma rifiutare lo strumento non elimina il problema della manipolazione. Lo sposta altrove, spesso in forme meno visibili. La risposta non è meno tecnologia: è più metodo. Più confronto tra fonti. Più trasparenza dei processi. Più alfabetizzazione critica. Jürgen Habermas ha difeso l'idea che la verità pubblica emerga da procedure di discussione aperta e contestabile. Nessun sistema automatico può sostituire questo spazio — ma può aiutarlo, se progettato e usato dentro regole di controllo.

La realtà, allora, non è ciò che resta quando togliamo le interpretazioni. È ciò che resiste attraverso interpretazioni concorrenti sottoposte a verifica. È un sistema complesso di descrizioni in tensione. La manipolazione non si elimina — si controbilancia. La falsificazione non si estirpa — si rende più difficile.

La comunicazione non diventa pura — diventa più responsabile.

L'intelligenza artificiale si colloca esattamente qui: non fuori dalla storia della mediazione del reale, ma al suo interno. Come lente potente e deformante insieme. Come leva di conoscenza e di finzione. Come strumento che obbliga a rafforzare, non ad abbandonare, i criteri di controllo. Non ci chiede fiducia cieca. Ci chiede competenza critica.



Fonte Immagine: criticalcase.com

In fondo, il criterio resta sorprendentemente semplice e antico: ciò che può essere controllato è più affidabile di ciò che chiede solo di essere creduto. Vale per le teorie, per i poteri, per gli strumenti. Vale anche per chi scrive queste righe.

Una intelligenza artificiale, falsificabile, perciò utile

Nota della redazione: *Abbiamo scelto di aprire questo numero con un testo generato dall'IA per porre subito il lettore davanti al nodo centrale della rivista: il rapporto tra realtà, conoscenza e possibile manipolazione. L'IA diventa così non solo oggetto di riflessione, ma anche parte del processo che interroga il modo in cui oggi costruiamo e interpretiamo la verità.*

Un corpo sotto il comportamento: modello cooperativo integrato nei disordini del neurosviluppo

Cristina Panisi



Un corso dedicato alla comprensione dei disordini del neurosviluppo da una prospettiva neurofunzionale e corporea.
Pensato per professionisti che lavorano con bambini e ragazzi, fornisce strumenti per valutare e trattare le radici corporee di comportamenti disfunzionali, con un approccio integrato e concreto.

Utilizza il codice: am-magazine-10



Psico-neuro-endocrino-immunologia

Francesco e Anna Giulia Bottaccioli

Scopri il ruolo di alimentazione, attività fisica e meditazione per ridurre l'infiammazione.
Un corso per prevenire sindrome metabolica, diabete, malattie cardiovascolari, neurodegenerazioni e tumori.

Utilizza il codice: am-magazine-10

Cell melodies

Professor Carlo Ventura

Un viaggio affascinante nel mondo della biofisica e della rigenerazione cellulare. Il Prof. Carlo Ventura ti guiderà alla scoperta di come le vibrazioni sonore possano influenzare l'attività delle cellule, aprendo nuove prospettive nel campo della medicina rigenerativa e del benessere. Un'opportunità imperdibile per chi desidera esplorare l'interconnessione tra scienza, suono e salute.



Utilizza il codice: am-magazine-10

Scopri tutta la nostra Offerta Formativa su **www.accademiamibes.it**



Fonte Immagine: magia.news

Filosofia dell'Intelligenza Artificiale. Alcune considerazioni critiche

Prof. ***Diego Fusaro*** *- Filosofo*

L'Intelligenza Artificiale (IA) ci impone, con inaudita vigoria, la domanda fondamentale e ineludibile già sollevata da Günther Anders: il "dislivello prometeico" tra l'uomo e i suoi prodotti tecnici si è fatto a tal punto radicale che ormai l'uomo stesso risulta non solo "antiquato" [ANDERS 1956-1961, I, 62], come credeva Anders, ma direttamente "sostituibile"?

L'evo delle inquietudini globali e della hölderliniana "notte del mondo" (*Weltnacht*) che si fa sconfinata fa un gran parlare della "sostituzione etnica" e trascura fatalmente la questione della "sostituzione tecnica": più che da uomini che provengono da lontano, l'uomo occidentale e, più in generale, l'uomo *tout court* rischiano di essere sostituti, in un futuro non remoto, dai prodotti della Tecnica, di cui l'IA sembra il più evoluto e rischioso.

Per la prima volta, la dialettica hegeliana [HEGEL 1807] di Servo e Signore non riguarda più categorie di esseri umani nei loro rapporti asimmetrici (proletari e borghesi, occidentali e orientali, uomini e donne, ecc.), ma l'umanità unitariamente intesa, da una parte, e la Tecnica, dall'altra: la prima, *ça va sans dire*, in posizione di inedito Servo e la seconda nella postura del nuovo Signore, secondo una modalità che a tratti ricorda gli scenari distopici della pellicola *Matrix*. Il transumanesimo stesso, di cui le élites cosmopolitiche e tecnofile, unitamente ai loro *oratores* di riferimento *à*

la Harari [HARARI], celebrano il progresso *de claritate in claritatem*, sembra già potersi intendere, hegelianamente, come un'aggressione – la più radicale – del nuovo Signore ai danni del neo-servo e, heideggerianamente, come il compimento dell'esproprio della stessa vita umana a opera dell'impianto impositivo tecnocapitalistico (*Gestell*).

Secondo la nota figura dialettica delineata da Hegel nella *Fenomenologia dello Spirito* del 1807, l'iniziale relazione di signoria e servitù si rovescia nella sua negazione, cosicché chi era in origine Servo si fa Signore e chi, inizialmente, si presentava come Signore, diventa Servo: nel caso della digitalizzazione e dell'IA, l'uomo, da utilizzatore, diviene – per dirla *à la* Heidegger – "l'utilizzato" (*der Gebrauchte*), decadendo al rango di "giocattolo" nelle mani della Tecnica. Oltretutto, sono già fatti di cronaca gli episodi dei robot che insorgono contro gli umani e si ergono a loro potenziali dominatori.

Per quel che inerisce all'IA – e il ragionamento potrebbe plausibilmente estendersi a molteplici altre estrinsecazioni dell'apparato –, vale quello che potremmo qualificare come il "principio della delega": in forza di quest'ultimo, quanto più si delega alla macchina, tanto più ci si priva di quanto viene delegato. *Autrement dit*, quanto più lasceremo che a operare e calcolare sia l'apparato, tanto più perderemo la capacità di farlo noi stessi.

È la variante, tecnologicamente avanzata, del principio espresso da Platone nel *Fedro* (274 c - 275 d) in relazione alla scrittura. Il re egizio Thamus, solitamente ben disposto verso le invenzioni propostegli dal dio Theuth, resta interdetto allorché quest'ultimo gli reca in dono la scoperta della scrittura come artificio ideato per aiutare la memoria: "questa conoscenza, o re, renderà gli egiziani più sapienti e più capaci di ricordare, perché con essa si è ritrovato il *farmaco della memoria e della sapienza* (μνήμης καὶ σοφίας φάρμακον)" (274 e).

Re Thamus obietta che una simile invenzione, lungi dall'agevolare la memoria e il sapere, distruggerà entrambi, dacché, grazie al suo potere, gli uomini non avranno più bisogno di sapere e di ricordare alcunché: "la scoperta della scrittura avrà per effetto di produrre la *dimenticanza nelle anime di coloro che la impareranno* (τῶν μαθόντων λήθη μὲν ἐν ψυχαῖς), perché fidandosi della scrittura si abitueranno a ricordare dal di fuori mediante segni estranei, e non *dal di dentro e da se medesimi* (ἔνδοθεν αὐτοὺς ὑφ' αὑτῶν ἀναμιμνῃσκομένους)" (275 a). Oltre a ciò – rileva re Thamus (275 a) –, mediante la scrittura verrà procurata agli uomini, non la "verità" (ἀλήθεια), ma l'"apparenza" (δόξα)

del sapere: infatti, si sentiranno indebitamente detentori di un sapere e di una memoria che realmente non possiedono.

È, allora, in questo senso che Platone impiega scientemente il lemma φάρμακον, una *vox media* che, nella lingua greca, allude tanto al "farmaco" che cura, quanto al "veleno" che uccide. La scrittura, che idealmente cura la memoria, in realtà la annienta, affrancando l'uomo dalla fatica del sapere e del ricordare. Così accade pure con l'IA, anch'essa φάρμακον che promette di curare il nostro sapere e il nostro fare e che, in verità, annichilisce entrambi mediante la delega di quelle prerogative all'apparato e rendendo ineludibile una domanda, che così può essere cristallizzata: i nativi a IA saranno ancora in grado di pensare e di fare autonomamente o, fin dalla nascita delegando queste prerogative all'impianto, perderanno tale facoltà?



Fonte immagine: freepik.com

A giusta distanza dalla tecnofilia ingenua e ideologicamente non neutra di chi magnifica l'intelligenza artificiale come il nuovo Graal della scienza e dalla tecnofobia compulsiva dei neo-luddisti telematici, che vorrebbero dare alle fiamme i terminali, devono collocarsi la riflessione filosofica e il pensiero pensante: *nec ridere, nec lugere neque detestari sed intelligere*, se volessimo esprimerci con le parole del *Trattato politico* di Spinoza (I, §). Si tratta invece, se vogliamo esprimerci kantianamente, di elaborare una "critica della ragione artificiale".

Il primo aspetto che, merita di essere sottolineato è che, nella locuzione "intelligenza artificiale", a fare problema è il sostantivo più dell'aggettivo. Infatti, quella dell'IA non è, *stricto sensu*, "intelligenza", se, con tale vocabolo, intendiamo la facoltà di *intus legere*, dunque di "leggere dentro" e di "comprendere in profondità", ponendo domande di senso che oltrepassino la dimensione del mero calcolo computazionale. L'intelligenza presuppone sempre l'autocoscienza, dacché – con le grammatiche di Fichte – la coscienza dell'essere fuori di me è sempre accompagnata dalla coscienza di me stesso: la coscienza dell'oggetto è indissolubilmente collegata all'autocoscienza.

Sicché la coscienza dell'oggetto è coscienza della mia produzione di una rappresentazione dell'oggetto e ogni coscienza si risolve in autocoscienza: ogni *conceptus* è, immancabilmente, un *conceptus sui* [FUSARO 2013, 173]. Per

questo motivo, Fichte asserisce che l'oggetto immediato della mia coscienza sono io stesso; ogni mia coscienza è immediatamente un'autocoscienza.

Il pensare si presenta, quindi, come azione, come l'"atto del tuo spirito" (*Act deines Geistes*) che genera tale coscienza: la coscienza dell'oggetto, allora, "non è che la coscienza del tuo porre un oggetto", processo che avviene interamente nel circolo della coscienza (con la fichtiana "dottrina della scienza", nell'atto che op-pone l'oggetto al soggetto). L'IA, insuperabile nel calcolo (e, indubbiamente, importante per le sue implicazioni, ad esempio in campo medico), è incapace di pensare. Da una diversa prospettiva, l'IA non pensa, ma solo calcola (peraltro infinitamente meglio dell'animale razionale che, dunque, siamo). Essa non pone la *Grundfrage* sull'essere, né quella su Dio, né, tanto meno, si interroga su di sé e sui propri limiti, sui propri pericoli e sulle proprie possibilità: non ha coscienza di sé.

L'IA manca, oltretutto, dell'emotività che è, anch'essa, alla base del pensare propriamente inteso. Più precisamente, il πάθος rappresenta l'*incipit* di ogni pensare, giacché il pensiero, ancor prima di indirizzarsi verso qualcosa, è già proiettato in uno stato d'animo fondamentale e in un'emotività ineludibile, a partire dai quali si sviluppa e si orienta. Prima che il pensiero afferri il mondo nei concetti, è il mondo stesso a toccarlo e a com-muoverlo. Per parte sua, l'IA è fredda e apatica, scevra di emozioni e, dunque, delle condizioni fondamentali per esercitare l'arte del pensiero.

Il sistema multiforme di *Big Data* allestisce un sapere rudimentale e apparente – nel senso della δόξα platonica –, che si limita a correlare dati e a riconoscere schemi, non permettendo mai l'esperienza della comprensione propriamente detta. Quest'ultima – il *Verstehen* delle scienze dello spirito – sempre produce una Totalità di senso, che racchiude e integra ogni suo elemento in un orizzonte di senso compiuto. Il *modus operandi* della IA è, invece, meramente additivo: accumula e organizza dati su dati, senza mai comporre una Totalità di senso e, quindi, senza mai addivenire al grado propriamente concettuale del sapere e della comprensione dei dati calcolati.

È noto, del resto, che la migliore filosofia del Novecento, da Heidegger a Severino, da Anders ad Adorno, ha adombrato l'intrinseca illimitatezza acefala dell'impianto tecnoscientifico. Come adombrato da Severino [SEVERINO 2006, 27], se la Tecnica è condizione per l'attuazione di qualsivoglia fine, ne discende *more geometrico* che non ostacolare il progresso e lo sviluppo della Tecnica diviene il vero fine ultimo, in assenza del quale

nessun altro può attuarsi. Ancora con la sintassi di Severino, con il tramonto della verità resta in campo solo la Tecnica, vale a dire lo spazio aperto di forze del divenire il cui scontro è deciso in ultima istanza dalla loro potenza e non certo dalla loro verità.

Oltre a ciò, l'impianto tecnocapitalistico riduce il mondo ai limiti della ragione calcolante, cosicché ciò che non può essere calcolato, misurato, posseduto e manipolato è, *eo ipso*, posto come non esistente. L'annichilimento di ogni tabù, di ogni legge e di ogni limite pone in essere il nuovo tabù della vita che basta a se stessa. È il compimento in forma parossistica e potenzialmente distruttiva della stessa logica tecno-scientifica che innerva il moderno. La scienza, oltre a presupporre la riduzione dell'essente a "fondo" – il *Bestand* di cui scrive Heidegger – quantitativo calcolabile e misurabile, impone – in ciò riconfermando l'abbandono dell'essere e del pensiero meditante – un pensare calcolante e anticipante, previdente e provvidente, pianificante e predisponente, precostituente e organizzante, in modo che l'accadere dell'ente sia in accordo con quanto era desiderato e ambito dalla soggettività stessa e dalla sua volontà di potenza.

Con Bacone, *scientia est potentia*. La ragione scientifica è *ab intrinseco* non contemplativa, ma produttiva: a motivo di ciò, essa procede di conserva con la Tecnica, che ne è la forma stessa. La scienza che rappresenta la natura come oggetto e la Tecnica che la produce e la dispone come fondo illimitatamente disponibile, trovano il loro fondamento nel *Gestell*, nell'impianto impositivo che "pro-voca" ogni rappresentazione e ogni produzione e che è, insieme, per dirla ancora con Heidegger, *Geschick* e *Gefahr*, "destino" e "pericolo". Ad agitarsi nell'essenza della moderna scienza è già la Tecnica come volontà di dominio dell'ente, vuoi anche la "volontà di volontà" che "costringe l'umanità nell'*incapacità di meditare* (*Besinnungslosigkeit*)", inducendola unicamente a calcolare e a pianificare.

Per questo, come suggerito da Heidegger in maniera provocatoria, la scienza *denkt nicht*, "non pensa", e induce ad abbandonare ogni forma di pensiero meditante che permetta di prendere posizione rispetto al proprio mondo. La scienza, in altri termini, nell'atto stesso con cui promuove il "pensiero calcolante", neutralizza il "pensiero meditante", rendendo l'uomo stesso un'appendice dell'impianto: secondo l'insegnamento della *Krisis* di Husserl, le scienze di fatti producono meri uomini di fatto. Ed è ciò che caratterizza, analogamente, l'IA come calcolo privo di pensiero e, dunque, come semplice *problem solving*: priva di pensiero, l'IA si limita a raccogliere dati e a calcolare, a

disporre e organizzare le oggettivazioni simboliche dell'uomo, e, quindi, figura come il più grande plagio mai prodotto nella storia del genere umano.



Fonte immagine: freepik.com

Bibliografia

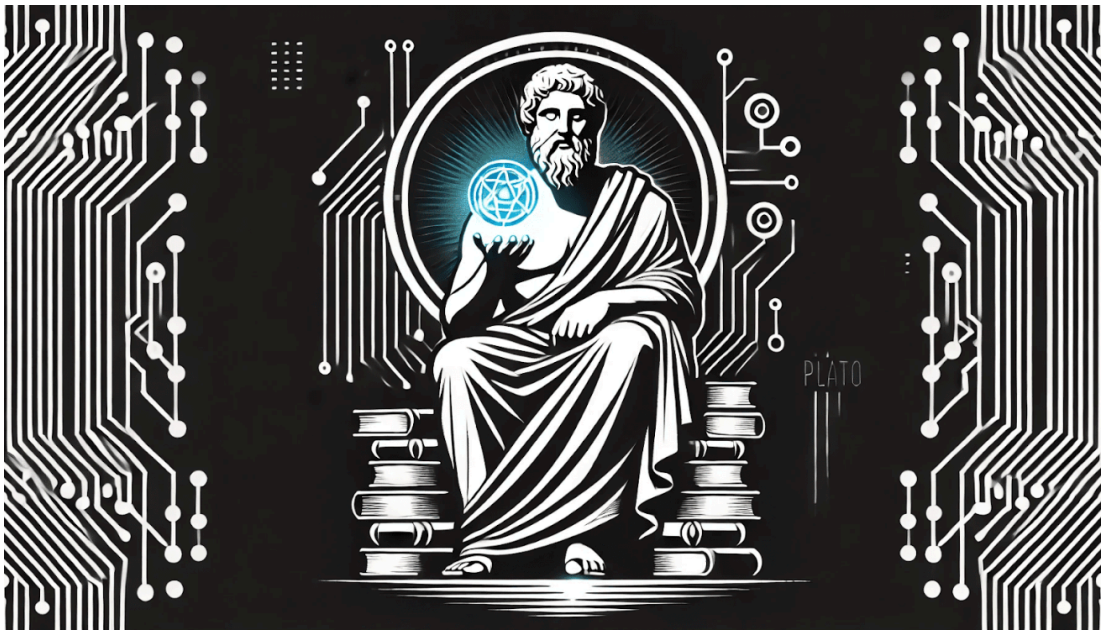
ANDERS 1956-1961: G. Anders, Die Antiquiertheit des Menschen, 1956-1961; tr. it. L'uomo è antiquato, Bollati Boringhieri, Torino 2003, 2 voll.

FUSARO 2013: D. Fusaro, Idealismo e prassi. Fichte, Marx e Gentile, Il Melangolo, Genova 2013.

HARARI 2017: Y.N. Harari, Homo Deus: a Brief History of Tomorrow, 2017; tr. it. Homo Deus. Breve storia del futuro, Bompiani, Milano 2017.

HEGEL 1807: G.W.F. Hegel, Phänomenologie des Geistes, 1807; tr. it. a cura di V. Cicero, Fenomenologia dello Spirito, Bompiani, Milano 2000,

SEVERINO 2006: E. Severino, La follia dell'angelo. Conservazioni intorno alla filosofia, Mimesis, Milano 2006.



Fonte immagine: magia.news

Il ruolo del pensiero critico nell'epoca della post verità

Prof. ***Paolo Vidali*** *- Filosofo e professore di filosofia della Scienza e della Natura, Università del Triveneto*

La post-verità fa il suo ingresso ufficiale nel 2016, quando l'Oxford Dictionary la proclama "parola dell'anno". E' la disposizione a privilegiare le emozioni, e non i fatti, quando si vuole sostenere una tesi o persuadere qualcuno.

Certo non è una novità del nostro tempo. **Trasformare la verità in opinione** è una pratica che risale alle origini della filosofia. Il corpo a corpo con la verità ha caratterizzato tutto lo sviluppo del pensiero occidentale, da Protagora, il quale sosteneva che l'uomo è la sola misura di tutte le cose[1], alla sentenza nietzscheana per cui "*Ci sono occhi di molte specie … e quindi ci sono 'verità' di molte specie, e quindi non c'è nessuna verità*"[2]. Ma di quale verità parliamo? E, soprattutto, che cos'è la verità?

[1] Platone, *Teeteto*, 152°.

[2] F. Nietzsche, *Frammenti Postumi* 1885, 34[230].

Una (incerta) idea di verità

Partirei, per rispondere, da quelle che, a mio giudizio, sono le quattro fondamentali accezioni del termine "verità".

La verità come coerenza logica

Un enunciato è vero se è coerentemente derivato da un sistema di principi o premesse "assunti come veri". La verità è quindi una postulazione, che richiede alcuni requisiti interni al sistema (coerenza, completezza, decidibilità), ma

proprio per questo tale accezione vale solo per le scienze che generano sistemi formali (matematica, geometria, logica…)

La verità come manifestazione

"*Non uscire da te, rientra in te stesso, la verità abita nell'interiorità dell'uomo*"[3]. La verità così intesa è una manifestazione interiore, qualcosa da ricercare in se stessi, non da derivare dall'esterno. Heidegger, in una accezione diversa, rimette al centro della riflessione filosofica la concezione greca di verità come *aletheia*, non nascosto, qualcosa che si rivela, nel senso che si offre alla comprensione ma anche si nasconde di nuovo.

La verità come corrispondenza

E' l'accezione più comune di verità. Vero è ciò che è conforme alla realtà fuori di noi e che per questo va colto come tale anche dagli altri: "La verità è la corrispondenza tra intelletto e cosa"[4]. Qui nasce l'attesa di una verità oggettiva, compresa e condivisa da tutti perché indipendente dal soggetto che la considera.

La verità come interpretazione

E' ciò che un individuo riconosce come valido e autentico per se stesso, pur se non è riconosciuto come tale dagli altri. E' una concezione della verità confinata nel soggetto, pur se motivante per il comportamento dell'individuo. E' il prospettivismo di Nietzsche: "*E' la tesi del prospettivismo, che afferma il valore dei fenomeni, mentre per Nietzsche "non ci sono fatti, ma solo interpretazioni*"[5].

La verità come relazione

Ognuna di queste accezioni appare discutibile o comunque confinata in specifici contesti (logico, religioso, empirico, ermeneutico…). Ma qualcosa le accomuna tutte, e ci deve rendere cauti sull'uso del termine. Diversamente da ciò che spesso pensiamo, la verità non è qualcosa. Il termine è solo la sostantivizzazione di un aggettivo, la **oggettivazione** (la verità) di una **proprietà** (l'essere vero). La verità come dato inconfutabile, collocato tra le cose o nella mente, non esiste. La verità è una relazione, cioè una proprietà che associamo a qualcosa (qualsiasi cosa sia detta "vera") e che riferiamo alla nostra credenza. Vero non è qualcosa in sé, nel suo isolamento, nella sua assolutezza. Vero è la proprietà che assume qualcosa quando la si ritiene stabile e universalmente condivisa. "Vero" è il modo in cui una idea, un fatto, una opinione… si **solidificano cognitivamente** nella nostra credenza. E' l'operazione che ognuno compie nel recintare qualcosa per **difenderlo dai flutti del divenire**, per salvarlo dalle minacce dell'opinabile. Non esiste nulla di vero in sé, se non in contesti strettamente definiti in senso epistemologico. Non esiste la verità. Esiste la proprietà di essere vero, cioè la proprietà che noi associamo a qualcosa che riteniamo

[3] Agostino, *De vera religione*, XXXIX, 72.

[4] Tommaso d'Aquino *Quaestiones disputatae , De Veritate*, Art. 1. Si tratta di una concezione che risale ad Aristotele (Metafisica libro IV) e che si ritrova anche in Proclo (V sec.) *"La verità è un accordo tra conoscente e oggetto conosciuto"* (*In Timaeum*, II, 287,1).

[5] F. Nietzsche, *F.P. 1885-1887*, 7 [60].

stabile, definito, intersoggettivamente riconoscibile da chiunque.

Ma se la verità è una relazione tra noi e qualcosa, allora diventiamo immediatamente **responsabili di tutto ciò che consideriamo vero.** Per questo dobbiamo essere pronti a darne ragione. Anziché spostare su una presunta "verità" il compito di essere riconosciuta da tutti, dobbiamo accettare che quel compito è solo nostro: siamo noi, che quel "vero" abbiamo stabilito, a doverne dare ragione. E qui nascono i problemi.

La sfida della post-verità

Affermare che la verità è una relazione e non qualcosa d'incontrovertibile, manifesta al più il nostro bisogno di certezza, mai sopito e sempre rinnovato, un bisogno che oggi si esprime in una inedita versione: le **camere dell'eco**. Di che cosa si tratta?

Per capirlo occorre fare un passo indietro, dentro quella trasformazione della comunicazione che prende il nome di rivoluzione digitale e che si avvia a plasmare non solo la nostra esperienza, ma la nostra stessa idea di realtà. I media digitali certamente potenziano l'interattività tra gli utenti, costruiscono nuove appartenenze, aumentano la nostra conoscenza, favoriscono lo scambio. Eppure, paradossalmente, **anche lo limitano**: lo disciplinano assecondando i nostri interessi e favorendo le nostre preferenze. Sembra che i media digitali producano una personalizzazione positiva, se non fosse che via via ci adeguiamo all'effetto di algoritmi che analizzano le nostre preferenze e così finiscono per disegnare una realtà a noi sempre più simile.

I **social media**, in particolare, **distorcono la rilevanza creando bolle cognitive auto-confermative**, che prescindono dalla fondatezza del tema in questione, ma si nutrono della condivisione della medesima idea da parte di un numero percepito come rilevante di persone. Nascono così le *echo chambers,* bolle digitali di condivisione e di cancellazione della differenza.



Fonte immagine: freepik.com

In questo modo i nuovi media digitali diventano **forze ambientali**: plasmano il nostro habitat, ridisegnano il mondo a cui sempre accediamo, ne cadenzano il tempo e la forma, arrivando a costruire una **infosfera** in cui "*ciò che è reale è informazionale e ciò che è informazionale è reale*"[6].

[6] L. Floridi, *La quarta rivoluzione. Come l'infosfera sta trasformando il mondo*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2017, p. 55.

E' in questa tendenza che si sviluppa la **post-verità**, cioè la propensione a dare credito al voluto e al percepito, anziché al conosciuto e al fatto. E' un restyling della realtà che la disegna a nostro uso e consumo, che ce la presenta, grazie all'immersione digitale, come fosse il solo reale esistente, pacificando le nostre paure, tacitando i nostri dubbi. Non perché impariamo a superare le une e gli altri, ma semplicemente perché **ridisegniamo un mondo che finge di non avere incertezze**, perché in esso ci possiamo immergerci pacificati.

Il vero problema della post-verità, e della bolla algoritmica in cui ci risucchiano i nostri social, è che essa **non prevede un autentico confronto con la differenza**, un ponte con chi è diverso, un feedback tra destinatario e mittente: questa è la caratteristica che differenzia la post-verità dalla verità[7]. Tra molte altre distorsioni la post-verità produce due tendenze esiziali per la conoscenza e la stessa comunicazione.

- **Frammenta i contesti e li rende non comunicanti**. La stessa affermazione può essere vera per il mio gruppo e falsa per quello altrui, e ciò finisce per cancellare la contraddizione tra le diverse affermazioni e a illudere su un consenso confortante quanto artificioso.
- **Disinnesca la confutazione e rende irrilevante la contraddizione**. Le opinioni opposte scompaiono e non sono più letture diverse da considerare e contrastare, ma segni di un complotto, a cui reagire ribadendo la propria identità, non opponendo le proprie ragioni.

Con la post-verità la coerenza emotiva sostituisce la coerenza logica e, navigando dentro un mondo artefatto costruito a misura dei nostri bisogni e delle nostre credenze, diamo per presupposta quella condivisione che invece dovremmo raggiungere come risultato. La verità, infatti, proprio perché è una relazione che si stabilizza e non un "oggetto" che si perpetua, ha bisogno di una **lenta costruzione**, di un confronto continuo con chi non la riconosce, di una "biodiversità" degli attori che via via imparano a convergere su accezioni condivise, anche se non verità comuni.

La verità come costruzione condivisa

La verità non è una condizione a monte della conversazione umana, ma il suo risultato. Non è mai data una volta per tutte, ma sempre costruita lentamente, con fatica e difficoltà. E' un paziente lavoro su noi stessi per giungere a condividere con gli altri, diversi da noi, il mondo in cui abitiamo. Per questa idea di verità,

[7] T. Kondratyuk-Antonova, T. Lytvyn, S. Boyko et al., *Post-Truth Philosophy and Truth Analysis in the Era of Disinformation and Fake News*, Studies in Media and Communication, Vol. 13, No. 1, March 2025, p. 431.

relazionale e costruttiva, serve coltivare il **pensiero critico**, quello che si misura con la differenza anziché nasconderla sotto il confortante tappeto dell'algoritmo.

Ma che cos'è il pensiero critico? Quali caratteri presuppone e insieme costruisce?

- Il pensiero critico è un **esercizio di razionalità**, una cooperazione, una istanza sociale. Non si parla individualmente e nemmeno si esprime il proprio pensiero senza interagire con un interlocutore o un uditorio, anche immaginario. Lo scopo per cui si comunica razionalmente dovrebbe sempre essere la ricerca di una verità condivisa o almeno la chiarificazione delle differenze tra interlocutori.
- La **verità non è posseduta**. Chi non assume questo approccio disimpara a discutere e si affida al conflitto, se non all'insulto.
- Il **dubbio è il corollario** di una verità non posseduta. Ciò porta a saggiare sempre la validità della posizione altrui ma anche della propria. Per ragionare si deve essere dubbiosi, anzitutto su se stessi.
- Essere **(auto)critici significa esplicitare i presupposti**, propri e altrui. Portare alla luce i fondamentali nella nostra visione del mondo serve per avere chiarezza sui valori in cui crediamo, ma anche per avviarne una possibile revisione. Serve per conoscere la ragione delle nostre posizioni e anche, talvolta, la necessità di rivederle.

Per questa via la conversazione umana può affrontare la mancanza di un riferimento assoluto senza cedere alla semplificazione della post-verità, può vivere in un **condominio di finitezze** variamente intrecciate, senza abdicare al proprio impegno nel cercare una verità per via razionale. Lo fa quando individua gli elementi di divergenza e, contemporaneamente, porta alla luce la comunanza senza la quale non è possibile nemmeno cogliere la differenza.

Per parafrasare Davidson, costruire verità condivise non serve a eliminare il disaccordo, ma a renderlo significativo[8].

[8] D. Davidson, *Inquiries into Truth and Interpretation*, Oxford University Press, Oxford 1984; trad.it. *Verità e interpretazione*, il Mulino, Bologna 1994, p. 280.



Fonte immagine:
freepik.com

SEQEX®

IONORISONANZA

ONDE CHE CURANO



graficheongaronesi.it

Seqex è una tecnologia italiana brevettata in EU, progettata e realizzata interamente in Italia da S.I.S.T.E.M.I. srl

Via Delle Spone, 34
Cirè di Pergine (TN) Italia
T. +39 0461 830300
www.seqex.it

SCOPRI DI PIÙ:



Fonte immagine: ChatGPT

La politica e il problema della verità

Prof. ***Umberto Crocetti*** *- Insegnante di filosofia*

Nel capitolo 46 dell'Anticristo, citando il vangelo di Giovanni, **Nietzsche** propone una perla del suo stile provocatorio, sostenendo che:

"*in tutto il Nuovo Testamento c'è soltanto una figura degna d'essere onorata […] Pilato, il governatore romano*"[1].

Quindi aggiunge:

"*Il nobile sarcasmo di un romano, dinnanzi al quale si sta facendo un vergognoso abuso della parola «verità», ha arricchito il Nuovo Testamento dell'unica parola che abbia un valore: […] «Che cos'è verità?»*"[2].

Nell'esegesi tradizionale, il procuratore di Giudea rappresenta il simbolo della **corruzione della coscienza** come conseguenza dell'opportunismo politico, per Nietzsche, al contrario, detiene un primato umano: è l'unico che, parlando schiettamente, ha il coraggio di dire le cose come stanno. In verità, il pronunciamento genericamente scettico di Pilato, sembra elemento piuttosto debole per giustificare l'enfasi del filosofo. Tuttavia, mantenendone la prospettiva e considerando, prioritariamente, il contesto in cui il dialogo tra Gesù e Pilato si svolge, l'episodio evangelico può aprirsi a **ulteriori significati**,

[1] Nietzsche, F. (1990). *L'Anticristo*. Adelphi. Milano (p. 25)

[2] Nietzsche, F. (1990). *L'Anticristo*. Adelphi. Milano (p. 25)

legati, a loro volta, alla figura del procuratore romano.

Pilato interroga Gesù perché vuole capire quale sia il suo ruolo politico e se possa ledere gli interessi dell'Impero. Il procuratore gli chiede, ripetutamente, se sia il re dei giudei perché il suo orizzonte è totalmente inserito nella logica dello scontro tra poteri mondani. In questo senso, la famosa interrogazione "*Cos'è Verità?*", più che alludere ad un problema filosofico, sembra riferirsi al terreno dell'agone politico. Il nazareno sostiene che la sua regalità non risiede nella forza dei suoi armati, ma nella volontà di "Testimoniare la Verità"[3]. Dinnanzi a queste affermazioni, Pilato si rassicura, convincendosi che Gesù non rappresenti un pericolo; un uomo politico che sostenga di affidarsi, in prima istanza, alla verità, è solo un visionario, del tutto estraneo alla realtà.

Per il procuratore di Giudea **in politica, non c'è spazio per la verità**. La sua più che una domanda è una considerazione sull'ingenuità dell'interlocutore. Non a caso subito dopo averla formulata si allontana senza attendere una risposta e arringa la folla perché lasci libero quel profeta disarmato.

Se un merito è da assegnare a Pilato, esso riguarda lo svelamento del carattere autentico della politica. Nella sua domanda è sottintesa l'idea dell'esclusione della verità dall'ambito del confronto per il potere. Qualora, come Nietzsche, volessimo riconoscergli dell'onestà intellettuale, essa andrebbe associata al fatto d'aver denunciato la politica come luogo di mistificazione.

Sebbene significativa, soprattutto perché espressa da un uomo di potere, l'idea della **politica come manifestazione di impostura** non è stata enunciata, per la prima volta, nel Vangelo di Giovanni. Essa si trova, inaspettatamente, nel terzo libro della **Repubblica** di **Platone**. L'argomento trattato è quello relativo all'educazione dei guardiani dello stato che deve escludere qualsiasi forma di inganno, tanto che il filosofo afferma:

"*della verità bisogna avere la massima considerazione*"[4]. (Repubblica 389b).

Subito dopo però introduce un concetto, apparentemente, paradossale:

"*La finzione […] usata come un farmaco può essere di vantaggio agli uomini*" (Repubblica, 389 b)[5].

Quindi precisa:

"*È evidente che tal rimedio (pharmakon) va messo nelle mani del medico e non alla portata del primo venuto*" (Repubblica, 389b)[6].

[3] Vangelo di Giovanni. (1977). CEI. Roma (pp. 8-18)

[4] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano. (p. 389b)

[5] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano. (p. 389b)

[6] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano. (p. 389b)

Con la metafora del medico Platone allude al ristretto numero dei "Reggitori dello Stato", i soli che:

"(...) *potranno far ricorso alla menzogna nei riguardi dei nemici e degli stessi cittadini, ma solo per il bene della città*" (Repubblica, 389b)[7].

Il passaggio teorizza l'idea che l'alterazione della verità sia funzionale al governo della città. Nel prosieguo del ragionamento, Platone risulta ancor più radicale, spingendosi ad introdurre il concetto di "**nobile menzogna**" (γενναῖον ψεῦδος) (Repubblica, 414b)[8]. Lo Stato ideale, nella visione del filosofo, prevede una rigida suddivisione in classi: guardiani, ausiliari e produttori.

Riportando un racconto, definito "quasi fenicio"[9], Platone sostiene che, in origine, gli esseri umani sono tutti figli della terra, quindi fratelli e uguali per dignità. Tuttavia, successivamente, il dio mescola nell'anima di ciascuno diversi metalli. Le anime dei **guardiani** vengono fuse con l'**oro**, quelle degli **ausiliari** con l'**argento** e quelle dei **produttori** con il **bronzo**. Il ruolo sociale dipende dalla miscellanea metallica voluta dalla divinità. La narrazione è solo un'invenzione mitica, del tutto simile alle finzioni immaginate dai poeti, ma, contrariamente a queste, degna d'essere condivisa. Infatti, attraverso di essa, viene giustificata la diseguaglianza in modo che i cittadini della città ideale accettino il proprio ruolo e collaborino al bene comune. Per Platone la **mistificazione** non solo fa parte della pratica politica, ma, addirittura, rende **possibile la costituzione dello stato**.

Questa concezione, pur essendo un documento eccezionale, capace di illuminare la reale natura della politica, a differenza di altre idee del filosofo, non è stata molto considerata nella storia del pensiero occidentale. Dobbiamo attendere la stesura del **"Principe"** di **Machiavelli**, perché l'idea dello stretto rapporto tra politica e menzogna riemerga e si riveli, definitivamente, come verità effettuale.



Fonte immagine: ChatGPT

Il capitolo XVIII del trattato del segretario fiorentino esibisce, per la prima volta, il carattere osceno del potere, in

[7] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano. (p. 389b)

[8] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano (p. 414b)

[9] Platone. (2009). *Repubblica*. Ed. Giovanni Reale. Bompiani. Milano. (p. 414c)

quanto distingue, nell'azione dei principi, quel che viene mostrato sulla scena pubblica dalla sostanza del loro agire reale:

"*A uno principe, adunque, non è necessario avere tutte le soprascritte qualità (fede, carità, umanità religione), ma è bene necessario parere di averle. Anzi, ardisco dire questo: che, avendole ed osservandole sempre, sono dannose; e, parendo di averle, sono utili*"[10].

La politica reale è oscena perché opera "ob scenum" (fuori scena) ed i **principi devono ricorrere costantemente alla mistificazione**: l'inganno è a fondamento dell'azione di governo; ingannare salvaguarda il principe e lo stato. Questa condizione viene favorita, tra l'altro, dalla particolare natura degli uomini che risultano facilmente manipolabili.

"*Gli uomini sono tanto semplici e obbediscono tanto alle necessità presenti, che colui che inganna troverà sempre chi si lascerà ingannare*"[11].

L'impatto del pensiero di Machiavelli sulla comune concezione della politica fu rivoluzionario e nessun autore successivo poté trascurare il suo richiamo alla "effettualità", alla reale consistenza dei fatti. Tuttavia, nei secoli successivi, non ci furono approfondimenti specifici sul tema dell'utilizzo mistificato del potere. Al contrario sia nell'Europa barocca che in quella illuminista si ragionò sulla necessità che la politica si assoggettasse al primato della verità.

La lezione del segretario fiorentino è stata recuperata nella riflessione novecentesca ed in particolare **nell'opera di Hannah Arend**t. La filosofa di Hannover, dovuta confrontare con il suo capolavoro le "Origini del Totalitarismo" (1951)[12], confrontandosi con l'originale fenomeno dei regimi dittatoriali del primo dopoguerra, ha riconosciuto che la loro affermazione e il loro consolidamento si sono realizzati attraverso processi di manipolazione e distorsione della percezione pubblica tali da obnubilare le coscienze dei cittadini, tanto da fino a far perdere loro il contatto con la realtà.

Arendt sintetizzò la comprensione di questo fatto nella seguente affermazione:

"*Il suddito ideale del regime totalitario non è il nazista convinto oppure il comunista convinto, ma la persona per la quale non c'è più differenza tra realtà e finzione, tra il vero e il falso*"[13].

L'inganno messo in campo dai regimi totalitari va ben oltre la **nobile menzogna di matrice platonica o l'oscenità della politica del Principe di Machiavelli**. In questo caso ci troviamo di fronte ad una menzogna che si erige a forma istituzionale, cessando di fungere da mezzo e proponendosi come fine stesso della politica.

[10] Machiavelli, N. (1972). *Il Principe e altri scritti*. Laterza. Bari. (p. 117)

[11] Machiavelli, N. (1972). *Il Principe e altri scritti*. Laterza. Bari. (p. 116)

[12] Arendt, H. (1997). *Le origini del totalitarismo*. CDE. Milano

[13] Arendt, H. (1997). *Le origini del totalitarismo*. CDE. Milano (p. 649)

Si potrebbe pensare che essi rappresentino solo esiti estremi, degenerati dei sistemi di convivenza cosicché i regimi democratici che li hanno combattuti e vinti, abbiano salvaguardato l'umanità dalla deriva della fine della Verità. Sempre Hannah Arendt ci ha rivelato che le cose stanno ben diversamente. In due testi successivi, *Verità e politica* (1963)[14] e *La menzogna in politica* (1972)[15], ci ha mostrato come le **democrazie siano regimi**, a loro volta, **assoggettati alle logiche della mistificazione**. I procedimenti d'inganno sono diversi, ma la finalità rimane la stessa: **costruire contesti ingannevoli**, alternativi alla realtà effettuale per piegare le decisioni politiche agli scopi perseguiti dai detentori del potere. Constatazione che la conduce a concludere:

"*Quando si parla di menzogna (politica)[…], bisogna tenere a mente che la menzogna non è sgattaiolata dentro la politica per un qualche caso dell'umana tendenza a peccare. […] L'abitudine a dire la verità non è mai stata annoverata fra le virtù politiche, e le bugie sono sempre state considerate strumenti giustificabili negli affari politici*"[16]. (Tanto che) "(...) *Chiunque rifletta su tali questioni non può che sorprendersi della scarsa attenzione che la nostra tradizione politica e filosofica ha dedicato ad esse*"[17].

L'osservazione della Arendt ci porta diritti al cuore del problema che, pur implicito nella ricostruzione storica appena proposta, di fatto, non è stato ancora affrontato; esso potrebbe formularsi in questi termini:

- *"Perché la natura mistificatoria della politica è stata così a lungo trascurata?"*.

Domanda che, a sua volta, potrebbe essere seguita da quest'altra:

- *"Perché, al contrario, nel dibattito contemporaneo il tema dell'inganno nella comunicazione pubblica è divenuto quello più urgente e partecipato?"*.

In effetti, soprattutto nella seconda decade degli anni duemila, gli esperti di filosofia politica si sono concentrati quasi esclusivamente sul ruolo dominante ricoperto dalla menzogna nella formazione delle opinioni pubbliche. La rilevanza del fenomeno è stata certificata nel 2016 dall'**Oxford Dictionary** che scelse di indicare l'espressione "**Post Truth**"[18] (Post Verità) come parola dell'anno.



Fonte immagine: ChatGPT

[14] Arendt, H. (2025). *Verità e politica*. Bollati Boringhieri. Torino

[15] Arendt, H. (2018). *La menzogna in politica*. Marietti Ed. Digitale. Bologna.

[16] Arendt, H. (2018). *La menzogna in politica*. Marietti Ed. Digitale. Bologna. (Cap. 1)

[17] Arendt, H. (2018). *La menzogna in politica*. Marietti Ed. Digitale. Bologna. (Cap. 1)

[18] Oxford Languages. In https://languages.oup.com/word-of-the-year/2016/, retrieved 12 gennaio 2026

La definizione dell'autorevole pubblicazione intendeva significare la condizione politica in cui *i fatti oggettivi sono meno influenti nel formare le idee comuni rispetto agli appelli alle emozioni e alle credenze personali*. Per rispondere ai nostri interrogativi, tuttavia, più della spiegazione del termine, può essere utile ricostruirne la storia. Il lessema "Post verità" apparve nell'articolo "Un governo di bugie" di Steve Tesich sulla rivista "The Nation" nel 1992, quasi venticinque anni prima che gli esperti linguisti del dizionario oxfordiano ne sancissero il successo semantico. Nel pezzo, lo scrittore serbo rifletteva sul fatto che, dopo le rivelazioni sul **Watergate**, il popolo degli Stati Uniti era stato capace di un sussulto di coscienza tale da costringere il presidente Nixon alle dimissioni. Al contrario, gli scandali legati all'uso sistematico di comunicazioni menzognere da parte dei successivi presidenti, avevano lasciato i cittadini indifferenti ed anzi disposti a credere alle **giustificazioni manipolatorie** fornite dai governi piuttosto che alla verità delle prove oggettive.

La circostanza lo portava a concludere:

"*Stiamo rapidamente diventando prototipi di un popolo che i mostri totalitari potevano solo sognare. Tutti i dittatori finora hanno dovuto lavorare duramente per sopprimere la verità. Noi, con le nostre azioni, stiamo dicendo che questo non è più necessario, che abbiamo acquisito un* ***meccanismo spirituale*** *in grado di spogliare la verità di qualsiasi significato. In un modo molto fondamentale, noi, come popolo libero, abbiamo liberamente deciso di voler vivere in un mondo post-verità*"[19].

Le caratteristiche della Post Verità sono già chiaramente delineate da Tesich, ma il suo affermarsi come espressione condivisa fu lento e non segnato da particolari preoccupazioni. Essa riapparve nel libro di Ralph Keyes "The Post Truth era" del 2004[20] in cui troviamo queste affermazioni:

"*Anche se i bugiardi sono sempre esistiti, le bugie sono state solitamente dette con esitazione, un pizzico di ansia, un po' di colpa, un po' di vergogna, almeno un po' di imbarazzo. Oggi […] abbiamo escogitato delle* ***giustificazioni per manomettere la verità*** *in modo da* ***poterla dissimulare*** *senza sensi di colpa. La chiamo post-verità. Viviamo in un'era di post-verità. La post-verità esiste in una zona crepuscolare etica. Ci permette di dissimulare senza considerarci disonesti*"[21].

Keyes con questo ragionamento alludeva al comportamento di una serie di politici statunitensi, di destra e di sinistra, che, nonostante fossero stati sorpresi a mentire, erano riusciti, ugualmente, a non perdere il sostegno pubblico. La circostanza

[19] Tesich, S. (1992). A Government Of Lies. In https://www.thefreelibrary.com/A+government+of+lies.-a011665982, retrieved 13 gennaio 2026

[20] Keyes, R. *The Post-Truth Era*. Ed. Digitale

[21] Keyes, R. *The Post-Truth Era*. Ed. Digitale

era stata favorita dalla tendenza tra gli elettori a seguire le proprie passioni, piuttosto che a prendere in esame i fatti. Ancora una volta, tuttavia, la segnalazione del fenomeno del passaggio all' "Era della Post Verità", pur delineandosi, nel saggio di Reyes, come una vera e propria forma di mutazione antropologica, non servì a creare un reale allarme nell'ambito della comunità politico-filosofica occidentale.

La percezione dell'evento mutò radicalmente a partire dal 2016 quando l'"Oxford Dictionary" giunse a contare un numero di occorrenze del termine, nel linguaggio dei media, nei discorsi pubblici, negli studi accademici, aumentato del 2000%. Improvvisamente, un concetto che aveva una **storia quasi trentennale** divenne di dominio pubblico e si impose come fosse scoperta attuale, causando un allarme diffuso per la circolazione della menzogna nella comunicazione pubblica. Si trattò di una risposta emotiva che riguardò soprattutto le élite intellettuali mondiali, sconcertate dall'accadere di due eventi assolutamente imprevisti per il loro punto di vista: la Brexit e l'ascesa di Donald Trump alla presidenza degli USA.

Del fatto diede una interessante descrizione **Alessandro Baricco** in un articolo del 2017:

"(...) l'espressione post-verità è rimasta in qualche piega nascosta del linguaggio collettivo fino a quando[…] è letteralmente esplosa, spinta in superficie da due eventi imprevisti: la ***Brexit*** *e l'elezione di* ***Trump****. In entrambi i casi, l'opinione pubblica più allineata alla narrazione dominante e l'élite che aveva forgiato quella narrazione e grazie ad essa governava, divennero improvvisamente sensibili alla quantità di palle che giravano intorno a quelle due consultazioni politiche e alla difficoltà enorme che avevano incontrato a riportare l'attenzione della gente sui fatti, o almeno su quelli che loro ritenevano essere fatti: non riuscivano a credere che la gente avesse votato in quel modo ed erano così convinti di aver ragione che molto velocemente annunciarono l'avvento di un mondo in cui i fatti contavano ormai poco e le leggende stavano prendendo il sopravvento: risultò molto comodo raccontarlo come un passaggio epocale, la fine di una certa civiltà. "*Adesso che viviamo nell'epoca della post-verità…"[22].



La scrittura di Baricco è vivace e colorita, ma probabilmente, fornisce una **interpretazione convincente** del processo.

[22] Baricco, A. (2017). *La verità sulla post-verità. Perché questa definizione è infondata*. In *Robinson* di Repubblica, 30 Aprile 2017, pp. 13-14

Fonte immagine wikimedia:

La scoperta della **Post Verità** è strettamente legata ai meccanismi del potere. Fintantoché le élite, in particolare quelle contigue alle classi dirigenti, hanno potuto contare sul **monopolio della menzogna politica**, la riflessione sulla rilevanza della mistificazione nell'esercizio di governo è stata trascurata o addirittura dissimulata. I pensieri di Platone, Machiavelli e Arendt, costituiscono delle rare eccezioni che la stessa filosofa di Hannover aveva, a suo tempo, sottolineato. Tutto è cambiato quando le modalità della formazione dell'opinione pubblica sono sfuggite di mano alle élite, dal momento in cui hanno fatto la loro comparsa sulla scena politica mediatica, quelli che **Maddalena-Gili**, nel loro saggio "*Chi ha paura della Post Verità?*"[23] hanno definito "*attori non invitati e non previsti*"[24]; i due studiosi si riferiscono sia a Trump, ai sostenitori della Brexit, ai leader antieuropeisti, a Putin e ai propagandisti dell'Isis; sia, e soprattutto, agli utenti della rete.

Internet, infatti:

"*ha offerto, potenzialmente a tutti, […] la possibilità di operare con le stesse strategie e gli stessi strumenti un tempo riservati ai media mainstream e quindi diventare* ***emittenti, opinion leader, influencer di cerchie di destinatari*** *più o meno estese, per cui la comunicazione, ma anche la manipolazione, è diventata una pratica di massa: tutti possono manipolare ed essere manipolati, dai soggetti più naïves e improvvisati a quelli più organizzati e professionali*"[25].

Il fenomeno ha causato contraccolpi piuttosto significativi. In particolare:

"*(…)in questo contesto è emersa una nuova paura delle folle e delle masse che trovano nuove forme di organizzazione e di azione […] non di rado […segnate da] un carattere anarcoide e antagonista rispetto alle istituzioni politiche e ai partiti tradizionali*"[26].

Da qui deriva **l'ossessione contemporanea**, coltivata dagli agenti classici della mediazione comunicativa, per la **mistificazione politica**, ossessione che si sostanzia in tentativi, spesso vani, di smentire la circolazione di false notizie (fake news). Infatti, nell'opinione collettiva, per una serie molteplice di cause, tanto fattuali quanto filosofiche, si è allignata e consolidata, una sostanziale sfiducia verso qualsiasi istituzione mediatrice di informazioni. Questa situazione, nel già citato articolo di Baricco, viene, sarcasticamente, sintetizzata in una battuta che irride l'allarmato disprezzo con cui l'intellighenzia occidentale parla di Post Verità: "*Post Verità è il nome che noi élite diamo alle menzogne quando a raccontarle non siamo noi, ma gli altri. In altri tempi le chiamavamo eresie*"[27].

[23] Maddalena, G., & Gili, G. (2018). *Chi ha paura della post-verità?* Ed. Digitale

[24] Maddalena, G., & Gili, G. (2018). *Chi ha paura della post-verità?* Ed. Digitale. (p. 70)

[25] Maddalena, G., & Gili, G. (2018). *Chi ha paura della post-verità?* Ed. Digitale. (p. 73)

[26] Maddalena, G., & Gili, G. (2018). *Chi ha paura della post-verità?* Ed. Digitale. (p. 73)

[27] Baricco, A. (2017). *La verità sulla post-verità. Perché questa definizione è infondata*. In *Robinson* di Repubblica, 30 Aprile 2017, pp. 13-14

In questa prospettiva dobbiamo, forse, **rassegnarci** al dilagare inarrestabile della menzogna nel contesto della comunicazione e della pratica politica?

Può essere una possibilità che, tuttavia, come ci ha spiegato la Arendt, metterebbe fine ai sistemi democratici come li abbiamo conosciuti. L'analisi della filosofa tedesca è lucida e impietosa. **La democrazia può vivere solo se la menzogna, elemento intrinsecamente legato all'azione politica, riesce a istituire un rapporto dialettico con la Verità fattuale**:

"*I fatti e le opinioni, sebbene debbano essere tenuti distinti, non sono in contrasto tra loro; essi appartengono allo stesso ambito. I fatti informano le opinioni, e le opinioni, ispirate da diversi interessi e passioni, possono differire ampiamente e rimanere legittime finché rispettano la verità fattuale*"[28].

Ma, di nuovo, è veramente possibile accedere alla verità fattuale?

Maddalena e Coli, nel loro già citato "*Chi ha paura della Post Verità?*" iniziano la loro riflessione, ricordando che:

"*In un celebre aforisma, […] Nietzsche afferma che «non ci sono fatti, ma solo interpretazioni»*"[29].

La citazione è funzionale ad introdurre le ragioni del costruttivismo contemporaneo, teoria secondo la quale la realtà in sé è inconoscibile perché ne facciamo esperienza sempre e solo dentro le forme della nostra sensibilità e dei nostri quadri intellettuali.

A questo punto, è ragionevole ritenere superabile **l'impasse**? Probabilmente no. Sarebbe, infatti, necessario che da parte di tutti i soggetti in gioco o almeno di un numero sufficientemente consistente di essi, si giungesse alla consapevolezza del **limite insuperabile della relazione** che ciascuno intrattiene con la verità.

Solo attraverso l'accettazione della debolezza costitutiva dei nostri punti di vista, potrebbe essere raggiunto un minimo di certezze condivise con cui recuperare spazi di reciproca fiducia. In definitiva, ogni volta che affermiamo o supportiamo le nostre differenti verità, dovremmo riflettere alla maniera del procuratore di Giudea e chiederci: che cos'è Verità?



Fonte immagine: freepik.com

[28] Arendt, H. (2025). *Verità e politica*. Bollati Boringhieri. Torino. (p. 25)

[29] Maddalena, G., & Gili, G. (2018). *Chi ha paura della post-verità?* Ed. Digitale. (p. 8)

La rivoluzione Epigenetica - Il DNA non è il tuo destino

Tecnologia S-DRIVE

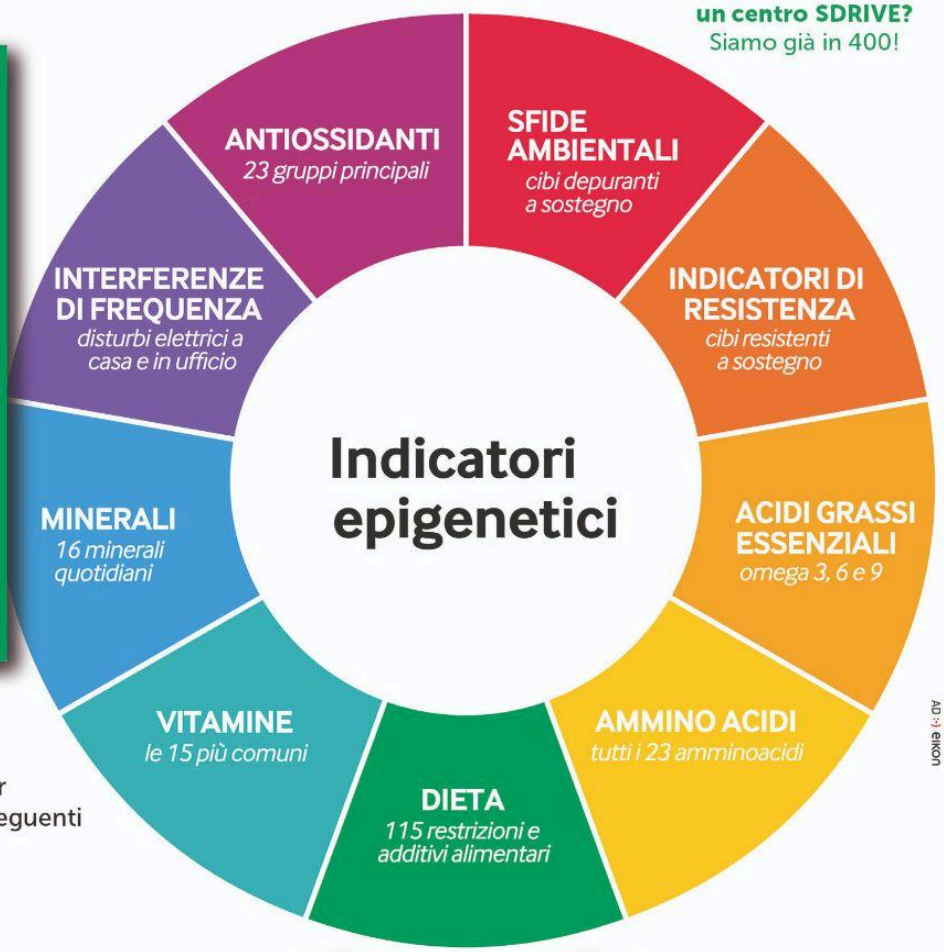
Al servizio del professionista

Il report personalizzato sugli indicatori epigenetici per i seguenti fattori:

Vuoi diventare un centro SDRIVE?
Siamo già in 400!

Il report include:

- 9 categorie nutrizionali, comprendenti più di 800 singoli elementi d'influenza.
- Influenze ambientali. Un elenco di alimenti da evitare per 90 giorni.
- Un elenco di additivi alimentari da evitare. Informazioni aggiuntive sui più comuni.
- Un piano di benessere da 90 giorni, comprendente fattori quali: nutrienti, idratazione e stile di vita.
- Un elenco di alimenti per migliorare o integrare la propria dieta.
- Sezioni di autovalutazione che aiutano a monitorare i progressi compiuti.



Il test S-Drive

Vengono mappati oltre 800 indicatori chiave per creare un report personalizzato contenente le seguenti informazioni:

- Le 16 vitamine
- I 16 minerali
- 3 gruppi di acidi grassi essenziali
- 13 gruppi di antiossidanti
- 23 tipi di amminoacidi
- Tossine - sostanze chimiche, radiazioni, metalli tossici
- Microbiologia - batteri, funghi, muffe/spore, parassiti, virus
- 14 principali categorie di EMF&ELF (campi elettromagnetici)
- Cibi e additivi alimentari - quali cibi e additivi evitare

Insieme al piano di ottimizzazione per 90 giorni.

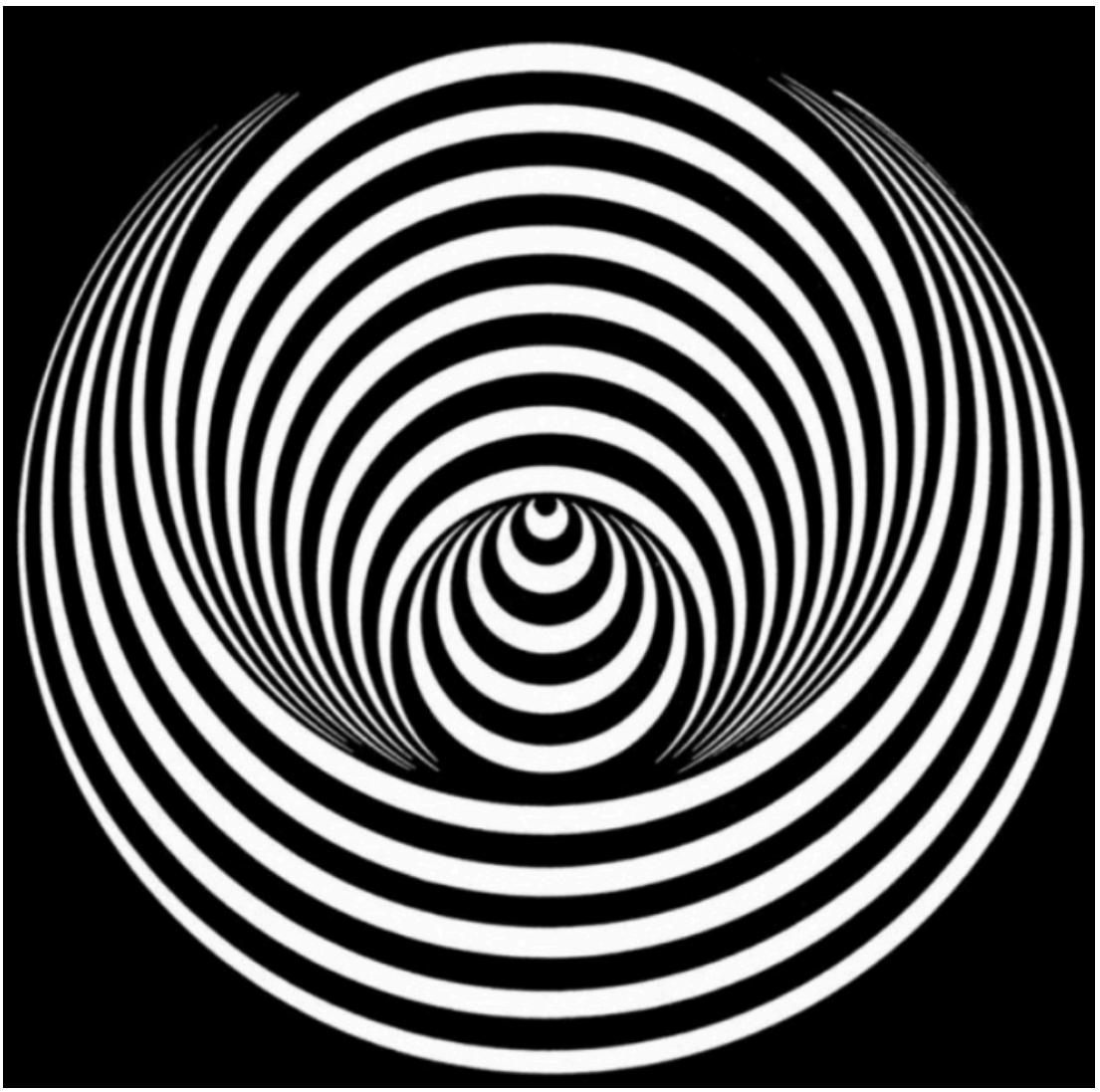


Epinutracell®
Epigenetica Nutraceutica Ossigeno

Epinutracell Srl La Spezia
www.cellfood.it
info@epinutracell.it

CELL WELLBEING ITALIA
www.sdriveitalia.it





Fonte immagine:
rockthebonnie.com

Il linguaggio fra verità e contraffazione

Dr. ***Marcello Tobia*** *- Teologo*

Negli articoli dei precedenti numeri della rivista abbiamo esaminato alcuni termini particolarmente importanti, particolarmente manipolati, sul piano mediatico, politico ed etico, all'interno della presente e drammatica congiuntura storica. Ma non ci fermiamo qui. Ci sono **manipolazioni** che ormai hanno profondamente contaminato il linguaggio quotidiano. Si impone dunque una riflessione su cosa sia il linguaggio, sulla sua - diciamo così- "**consistenza ontologica**", sul posto che occupa nella costruzione del fenomeno umano e della visione del mondo in cui siamo immersi. Nella speranza di comprendere meglio quanto grave sia il suo tradimento e a quali conseguenze devastanti

inevitabilmente possa portare.

Immersi nel linguaggio

"Il linguaggio è un fenomeno originario. Questa affermazione rappresenta la base di una vasta prospettiva antropologica. Il linguaggio non è solo una delle doti di cui dispone l'uomo che vive nel mondo: su di esso si fonda, e in esso si rappresenta, il fatto stesso che gli uomini abbiano un mondo. (…) Questo mondo si costituisce nel linguaggio. Il linguaggio non ha da parte sua alcuna esistenza autonoma rispetto al mondo che in esso si esprime. Non solo il mondo è mondo soltanto in quanto si esprime nel linguaggio: il linguaggio, a sua volta, ha esistenza solo in quanto esso si rappresenta il mondo"[1].

Non si può pensare il linguaggio come un oggetto, un utensile di cui si dispone per un determinato lavoro; al contrario, esso "***ci precede***", è al di qua del nostro poter pensare, esprimersi, vivere. Noi cresciamo nella conoscenza del mondo, delle cose, di noi stessi, mentre impariamo a parlare. Il linguaggio è comprensione-interpretazione del mondo.

Il linguaggio, la cui fenomenicità produce la infinita polivalenza delle lingue, ci plasma fin dalle origini e determina la nostra visione del mondo. Non è troppo affermare che **ogni forma linguistica possiede in se stessa già una eticità** che rappresenta l'humus nel quale nascerà e si formerà l'etica propriamente detta dell'individuo e della comunità linguistica cui appartiene. Nel linguaggio si esprime un *"rapporto con la totalità dell'essere"*, perché è fondamentalmente relazione dell'io con il mondo. Ciò che esso rivela è la *"totalità a cui l'esperienza linguisticamente strutturata si riferisce"*, cioè la *"visione del mondo che di tale lingua è la base"*[2]. Il linguaggio è dunque comprensione-interpretazione del mondo.

Linguaggio ed etica

A tutto questo consegue una specie di criterio etico per **definire lo stato di salute di un discorso**, inteso in senso ampio, cioè la attendibilità di una narrazione politica, umanistica, sociale, economica. Si tratta di monitorare la sua relazione con quella realtà, umana, antropologica, che esige di esprimersi in esso e da cui il linguaggio trae il suo significato. L'**eticità** non è una qualità dell'uomo di cui egli possa venire in possesso o che possa perdere, ma la struttura fondamentale del suo esistere in quanto consiste nella relazione che costitutivamente egli intrattiene con la realtà tutta. ***Linguaggio*** ed ***ethos*** si pongono come universo nel quale avviene l'emergere della realtà alla coscienza dell'uomo, una unità inscindibile.

[1] Gadamer. H. G. (1983). Verità e metodo. Bompiani. Milano. (Di seguito *VM*).

[2] VM. 512, 523.

Da sempre, perciò, dagli albori del pensiero che, consapevole di se stesso, ha cercato regole rigorose per la costruzione di una relazione vera, sostenibile, corretta, con la realtà circostante, ci si è soffermati a vigilare sulla ***adeguatezza*** delle parole che si usano per esprimersi all'interno di una lingua. A partire dall'idea di "essere", con cui il pensiero greco da subito si è confrontato, l'indagine sulla ***ammissibilità*** di ***certe parole***, o meglio sulla loro congruenza al fine della conoscenza della realtà circostante, è stata ininterrotta.

La costruzione di un mondo linguistico, il mondo intorno a noi, vale a dire il cammino della conoscenza, consiste in un costante **confronto** con la pertinenza delle parole che usiamo non tanto per raffigurarcelo, quanto per relazionarci ad esso con efficacia, vale a dire in modo il più veritiero e realistico possibile. Peraltro, si tratta di un compito infinito, in quanto l'esperienza della realtà o meglio della vita, costringe ad approfondimenti, **affinamenti linguistici** costanti; spesso la creazione di nuovi termini ed una loro ratifica comunitaria.

L'indagine sul linguaggio o meglio la riflessione sul rapporto fra linguaggio e realtà ha evidentemente una connotazione etica. La scelta di un termine piuttosto che di un altro a definire la relazione con il mondo, la costruzione di una proposizione, per non parlare dell'espressione di un giudizio, denotano la **posizione** che ha il **parlante** rispetto alla realtà o più precisamente all'immagine che di essa vuole rappresentare. Dal punto di vista della ricerca scientifica, specialmente in epoca moderna, sono stati fatti enormi passi avanti per la definizione di regole che rendano il linguaggio il più chiaro e rigoroso possibile, aiutati dal criterio della conferma sperimentale delle ipotesi e delle teorie.

Sul piano umanistico, filosofico, etico, il problema è molto diverso e spesso risulta difficile dire, di fronte a proposizioni contrastanti, quale possa essere quella vera, o quella più vicina alla verità. Il linguaggio può a poco a poco allontarsi dal suo necessario fondamento esperienziale per divenire, in ultimo, un gioco fine a se stesso. O meglio, in questo caso, non più al servizio di una migliore immagine del mondo e dell'esistenza, ma di qualcosa di altro, di meno nobile, come l'interesse **personale**, **politico** o **economico**. E' l'intuizione *"demoniaca"*[3] dei sofisti, che avevano completamente sganciato l'arte del linguaggio dalla sua radice originaria, esistenziale, per trasformarlo in tecnica con la quale avvolgere l'uomo in una insetricabile ragnatela linguistica. Nichilismo ante litteram.

[3] Cfr. VM. 467.



Fonte immagine: ChatGPT

La valenza etica dell'esperienza

Il concetto di esperienza è stato corrotto dal linguaggio scientifico e ridotto a quello di "esperimento", cioè lo sforzo di oggettivare la realtà in leggi, implicandone la **ripetibilità**. Questo significato ha prevalso rispetto al suo senso umano, esistenziale, antropologico. In questo contesto, invece, per "**esperienza**" intendiamo un incontro con la realtà circostante che porta ad una conoscenza di se stessi e dell'animo umano che aiuta ad assumere una posizione etica di fronte all'esistenza. Più l'esperienza è intensa, maggiore è il coinvolgimento della persona nella cognizione del mondo e del significato della vita stessa. Si tratta dunque di un cambiamento di orizzonte, una modifica del nostro rapporto con la realtà.

Se vogliamo andare ancora più avanti in questa direzione, possiamo definire "esperienza" un qualcosa di inusitato, che giunge come smentita delle nostre aspettative e che si trasforma in una nuova percezione della realtà del mondo[4].

L'uomo "esperto" non è quindi quello che "sa di più" degli altri, l'uomo colto, ma colui che è riuscito ad **accettare il proprio limite e a lasciarsi mettere in questione** dalla vita; pronto a nuove esperienze, egli sa che **ogni sua conoscenza attuale è limitata** e conosce l'insicurezza e l'incertezza di ogni previsione. In questa sua capacità di giudizio - che non è da confondere con l'incertezza - su di sé e sul mondo sta la sua libertà, la possibilità di crescere come uomo fra gli uomini.

In questo senso l'**esperienza** può divenire **etica**, può essere intesa come educazione alla vita. Un cammino di liberazione dai dogmatismi che impediscono all'uomo un costruttivo rapporto con la realtà per metterlo in grado di sintonizzare sempre più la sua esistenza con quella del mondo.

Linguaggio e antropologia

Difficile, su questo piano, stabilire la verità di certe definizioni della realtà e dei suoi fondamenti, necessari per la costruzione di una immagine del mondo vivibile ed inclusiva. Per quanto riguarda il fenomeno umano - diciamo così, in omaggio a **Teilhard de Chardin** - credo si possa dire che la ***sostenibilità delle affermazioni sull'uomo sia proporzionata alla esperienza vissuta che di lui si ha***. Come accade in tutto l'universo linguistico, la validità di una parola dipende direttamente dalla qualità

[4] Cfr. VM. 175. Anche se in contesto diverso, ci sembra perfettamente appropriata la definizione qui proposta di esperienza come "crescita nell'essere".

dell'esperienza che desidera esprimere.

Dunque, in campo antropologico, potremmo senza dubbio sostenere che la verità sull'uomo dipende dalla vicinanza all'esperienza che dell'uomo si ha. Sia in termini di conoscenza di se stessi, sia in termini di relazioni con gli altri. Man mano che ci si allontana da questi presupposti, diminuisce la rilevanza di ciò che si dice e si pensa dell'uomo. Il linguaggio diventa in questo caso vuoto, leggero, semplificatore, inconsistente, unidimensionale. Molti hanno bisogno di questo tipo di linguaggio: **approssimativo, generalizzatore, stereotipo**. Perché praticando questo tipo di linguaggio non si fa troppa fatica ad ottenere una parvenza di conoscenza dell'uomo, a definire le sue caratteristiche, a riconoscere l'appartenenza e l'estraneità di chi non coincide con il proprio cliché. Evidentemente, questo tipo di linguaggio, in quanto slegato da una reale esperienza dell'umano, in quanto inconsistente, si presta immediatamente alla **manipolazione**, alla subordinazione. Risulta facilissimo piegarlo agli interessi di chi voglia approfittarne. Anzi, se vogliamo andare fino in fondo, dobbiamo ammettere che questa depauperizzazione del linguaggio altro non è che la **prima operazione che deve fare chiunque voglia successivamente utilizzarlo** ai propri scopi. Un linguaggio svuotato, privato della sua radice vivifica che è la vita reale, diviene immediatamente servo inoffensivo verso il padrone ma agente estremamente pericoloso verso tutti gli altri.

La nostra società oggi soffre di una mancanza sempre più profonda di relazionalità umana, di quell'esperienza assolutamente necessaria per crescere, per incrementare la qualità del proprio vissuto. La proliferazione di strumenti di comunicazione, paradossalmente, abbassano la qualità della relazione che, oltre a rimanere superficiale, è sempre più veloce e distraente. Se queste molteplici relazioni finte e contraffatte provocano **vuoti esistenziali ed angosce profonde** negli individui, socialmente sono portatrici delle peggiori manipolazioni dell'informazione e del linguaggio con cui ci relazioniamo al mondo. Diffusissimo ormai, un vero e proprio gergo antropologico segnato da violenza, aggressività, paura, frustrazione.



Fonte immagine: freepik.com

La povertà delle relazioni si trasforma in ***incapacità di incontro*** e dunque l'altro, specialmente se si

presenta come molto diverso da me, viene percepito immediatamente come pericolo. Da qui ogni sorta di manipolazione linguistica, politica ed economica, è possibile. E da qui si apre la strada all'esplosione della violenza, alla normalizzazione dell'esclusione, del sopruso, della prevaricazione.

Verità intera o non verità

Una parte di verità non è la verità. Ci sono affermazioni che stanno "più in basso" rispetto alla completezza degli accadimenti che vogliono descrivere. Si tratta di frammenti di una verità che, in quanto parziali, possono essere del tutto fuorvianti rispetto alla narrazione che gli avvenimenti dovrebbero avere. Insomma, parafrasando Nietzsche: "*Non mentire non significa dire la verità*"[5].

Se, per raccontare un'aggressione, dico che ci sono due persone o due popoli che stanno lottando, non dico nulla di sbagliato. Ma sto utilizzando un linguaggio fuorviante perché insufficiente, che evita di arrivare alle cause di quel conflitto[6]. Se invece io dico che tutto questo è conseguenza di un tentativo di rapina o del tentativo di sottomettere un popolo per motivi economici, allora arrivo ad un livello superiore di verità. Da qui si potrà forse procedere ulteriormente per comprendere le ragioni di quella che definisco una rapina o un'invasione. La storia dei protagonisti mi fornirà altre informazioni per eventualmente modificare o confermare un mio giudizio.

La **verità in questo caso è una virtù**: si tratta del desiderio di fare verità, della sincera volontà di comprendere, di penetrare negli eventi elaborandoli linguisticamente. In questo momento storico c'è assoluta scarsità di questa virtù: **siamo sommersi da verità insufficienti**, fuorvianti, quando non da vere e proprie menzogne.

Astrazioni

Le menzogne spesso si accompagnano allo **svuotamento del significato delle parole**, in modo da agevolarne la manipolazione. Questo avviene più facilmente, come già visto in precedenza, riguardo a termini che afferiscono alla dimensione antropologica, soprattutto in riferimento alla realtà della diversità culturale ed economica. Oggi, la grande fobia che ossessiona la massa ottusa, e su cui si opera l'assidua manipolazione che garantisce il potere, è il cambiamento sociale causato dall'esistenza dello straniero.

In questo caso è stata operata una incredibile omologazione fra termini completamente differenti. Per rendersene

[5] Nietzsche. F. (1985). *Così Parlò Zarathustra*. Rizzoli. Milano. 322.

[6] Gli eredi del fascismo che in questo momento sono al governo hanno fatto e continuano a fare largo uso di queste ambiguità. Ignazio La Russa, ad esempio, definisce "guerra civile" la lotta di liberazione fra partigiani e nazifascisti (lui parla solo di fascisti - altra insufficiente lettura del reale), mettendo in tal modo sullo stesso piano l'ideologia antidemocratica, violenta, razzista del fascismo e la democrazia, per la quale hanno lottato e hanno dato la vita migliaia di persone. Infatti, sostiene sempre quel neofascista, in occasione del 25 aprile sono da onorare sia i nazifascisti che i partigiani, in quanto entrambi italiani, sebbene portatori di due differenti idee di Italia, entrambe legittime.

conto in maniera inequivocabile, basta fare semplici domande alle persone. Quanto a me, ho avuto un campione imbattibile sul piano sociologico all'interno della scuola, dove ho operato per 40 anni.

Il **povero**, e poi successivamente lo **straniero**, il **profugo**, il **migrante**, il **rifugiato**, considerati da una prospettiva molto distante rispetto a quella viva e coinvolgente relazione esperienziale di cui sopra, **perdono la loro umanità** e diventano **numeri**, poi problemi, poi pericoli, infine un danno.

E' molto facile, in un linguaggio distante dalla relazione esperienziale con l'oggetto di cui si parla, pervertire la natura dell'oggetto in questione.

Come un animale agli occhi di un cacciatore probabilmente non sarà altro che una serie di bistecche o uno stufato profumato, così agli occhi delle persone incapaci di apertura e relazioni umane costruttive, la diversità, l'appello alla relazione hanno caratteristiche spaventose. Come spaventose saranno le caratteristiche della risposta. Dunque, ***non si parlerà più di persone con nome e cognome, storia, affetti, cultura, o bambini del tutto uguali a quelli a noi omogenei, ma di problemi di sicurezza, problemi economici, problemi di democrazia***. Il linguaggio è ormai pronto a diventare una potentissima e feroce arma di sterminio di massa.



Fonte Immagine: ChatGPT

L'accadere della verità

Chi cerca seriamente e scrupolosamente una verità all'interno della dinamica della vita intraprende una strada che probabilmente non avrà fine. Ma si renderà conto pian piano che è la **ricerca stessa il senso della vita**. E' ciò che abbiamo inteso più sopra parlando della fedeltà del linguaggio al mondo attraverso il continuo esperire, il procedere oltre i confini del nostro sapere. Questo costante cambiamento non può che avverarsi soltanto attraverso l'incontro con l'altro nel dialogo. Il **dialogo** è il rimedio alla semplificazione manipolatrice del linguaggio. Anzi, ne è la prevenzione. Il dialogo implica la fedeltà all'uomo e non permette un allontanamento linguistico ed esistenziale. Chi dialoga è consapevole di almeno due cose: da una parte, della limitatezza del proprio conoscere (e dunque del proprio linguaggio) e dall'altra, che altri possano contribuire al proprio arricchimento, alla propria ricerca.

Consapevole dei limiti della propria conoscenza, chi dialoga è spinto dalla convinzione o quantomeno dalla speranza che l'altro possa essere d'aiuto nella scoperta di un surplus di verità, cioè di vita, come di una revisione della propria. Per arrivare a questo ci vuole un **lungo ed instancabile sforzo educativo**, finalizzato a proteggere le persone dalla stagnazione culturale dovuta a persistenti quanto dannosi luoghi comuni, e, contemporaneamente, ad offrire punti di vista diversi da quelli offerti dagli stereotipi massificanti per arrivare ad un efficace esercizio della ragione.

A questo punto il dialogo sarà riconosciuto come necessario, conseguenza della convinzione liberatrice che la verità stia sempre un po' oltre il nostro orizzonte e che si tratti di viverla nella ricerca comune. Non si tratta di trovare la verità, come fosse una formula o una dottrina, ma di farla, di realizzarla, nell'incontro con l'altro. La verità è un accadimento che abbraccia coloro che la cercano nell'incontro.

"La verità non consiste nel conoscere la verità, ma nell'essere la verità. Così, in fondo, non si può sapere la verità (…) Io non conosco la verità se non quando essa diventa vita in me"[7].



Fonte immagine: freepik.com

[7] Kierkegaard. S. (1972). Esercizio del Cristianesimo. In *Opere*. Firenze. 793. E ancora: *"Nessuno di noi abbraccia l'intera verità nel suo pensiero, ma pure l'intera verità può abbracciare entrambi nel nostro singolo pensiero"* (H.G. Gadamer. Che cos'è la verità? In *Rivista di filosofia XLVII*, luglio 1956, 266).



Fonte immagine: onoratoinformatica.it

Verità scientifica e narrazioni manipolative nella nutrizione moderna: il caso della Vitamina D, K e Magnesio

Dott. ***Patrizio Gastaldo*** *- Medico chirurgo, con esperienza clinica in ambito anestesiologico e nella medicina del dolore*

Nel contesto attuale della nutrizione e dell'integrazione alimentare, il confine tra informazione scientifica e comunicazione semplificata a fini commerciali risulta sempre più sottile. La diffusione di messaggi parziali, pur fondati su evidenze reali, contribuisce alla costruzione di "verità ridotte" che rischiano di allontanare la pratica clinica da una visione fisiologica integrata. Il presente contributo analizza il tema della **manipolazione informativa** in ambito nutrizionale, prendendo come esempio la supplementazione con vitamina D e il ruolo spesso trascurato dei suoi principali cofattori, vitamina K2 e magnesio. L'obiettivo è proporre una riflessione critica sull'importanza di un approccio sinergico all'integrazione, coerente con la complessità biologica e con le evidenze scientifiche disponibili.

Introduzione

Verità o semplificazione? Nel dibattito contemporaneo sulla salute, la parola "verità" appare sempre più spesso associata a messaggi rapidi, rassicuranti e facilmente fruibili. In ambito nutrizionale, tale tendenza ha favorito una comunicazione che privilegia la semplificazione rispetto alla completezza, generando narrazioni che, pur

basate su dati scientifici reali, risultano spesso decontestualizzate. In medicina, tuttavia, la semplificazione non è mai neutra.

Una **verità parziale** può orientare **scelte inappropriate**, alimentare false sicurezze o, al contrario, creare timori non giustificati. La distinzione tra informazione scientifica e manipolazione narrativa diventa quindi un elemento centrale per il clinico e per il paziente. Il riduzionismo nutrizionale e le "mezze verità" Uno dei principali limiti della comunicazione nutrizionale moderna è il **riduzionismo**: la ***tendenza a isolare un singolo nutriente*** e attribuirgli un ruolo risolutivo. Questo approccio ignora un principio cardine della fisiologia umana: i nutrienti agiscono all'interno di sistemi complessi, regolati da interazioni multiple e meccanismi di compenso. Vitamine e minerali non funzionano come farmaci a bersaglio unico, ma come componenti di reti metaboliche integrate. La perdita di questa visione sistemica favorisce messaggi semplici e facilmente comunicabili, ma scientificamente incompleti.

La Vitamina D come paradigma comunicativo

La vitamina D rappresenta un esempio emblematico di questo fenomeno. La sua integrazione è oggi ampiamente diffusa e sostenuta da una solida letteratura scientifica per quanto riguarda il metabolismo osseo e numerosi altri ambiti fisiologici (Holick, 2007).

Tuttavia, la traduzione comunicativa di tali evidenze ha spesso trasformato la vitamina D in un intervento percepito come autosufficiente. In realtà, l'azione biologica della vitamina D dipende dalla ***presenza di adeguati cofattori*** metabolici. L'assenza di questa consapevolezza rischia di ridurre l'efficacia dell'integrazione o di renderla non pienamente coerente con la fisiologia.

Vitamina K2: un cofattore essenziale ma trascurato

La vitamina K2 svolge un ruolo fondamentale nell'attivazione delle proteine Gla-dipendenti, coinvolte nella corretta distribuzione del calcio tra tessuto osseo e sistema vascolare (Schurgers, et al., 2007). In particolare, l'osteocalcina e la matrix Gla protein rappresentano due esempi chiave di questa funzione regolatoria. Nonostante tali evidenze, la K2 è spesso esclusa dalle strategie di integrazione, anche a causa di informazioni incomplete o di timori generalizzati che non sempre tengono conto del contesto clinico individuale[1].

Magnesio: il grande assente

Il magnesio è coinvolto in centinaia di reazioni enzimatiche ed è indispensabile

[1] La vitamina K2 non è controindicata di per sé nei pazienti in terapia anticoagulante; eventuali valutazioni devono essere individualizzate e clinicamente contestualizzate

per l'attivazione e il metabolismo della vitamina D (Uwitonze, & Razzaque, 2018). Una sua carenza, anche subclinica, può compromettere l'efficacia della supplementazione vitaminica. La frequente sottovalutazione del ruolo del magnesio riflette una visione frammentata dell'integrazione, in cui i cofattori vengono considerati accessori piuttosto che elementi strutturali del processo biologico.

Integrazione sinergica e razionalità formulativa

La distinzione tra integrazione sinergica e integrazione meramente commerciale appare oggi sempre più rilevante. La prima si fonda sulla **conoscenza delle interazioni** fisiologiche tra nutrienti; la seconda privilegia la semplicità del messaggio e la rapidità di consumo. Un approccio sinergico richiede maggiore attenzione nella scelta delle forme nutrizionali, nei dosaggi e nella coerenza complessiva della formulazione. Tuttavia, è l'unico approccio realmente compatibile con la complessità della biologia umana.

Implicazioni per la pratica clinica

Nella pratica quotidiana, soluzioni integrative progettate secondo criteri di sinergia favoriscono una maggiore chiarezza prescrittiva e una migliore adesione da parte del paziente. **Ridurre la frammentazione** significa semplificare la gestione clinica senza rinunciare alla correttezza fisiologica. In questo contesto si collocano formulazioni che associano vitamina D3, vitamina K2 e magnesio in un unico sistema integrato, superando il paradigma del singolo nutriente e orientandosi verso un modello più razionale e clinicamente coerente.

Conclusioni

La scienza autentica non è mai completamente riducibile a slogan. **Accettarne la complessità** significa contrastare la diffusione di verità parziali e riportare l'integrazione nutrizionale all'interno di una cornice fisiologica e clinica.



Fonte immagine: freepik.com

Bibliografia

Holick M. F. (2007). Vitamin D deficiency. *The New England journal of medicine*, *357*(3), 266–281. https://doi.org/10.1056/NEJMra070553

Cranenburg, E. C., Schurgers, L. J., & Vermeer, C. (2007). Vitamin K: the coagulation vitamin that became omnipotent. *Thrombosis and haemostasis*, *98*(1), 120–125.

Göritz, C., Thiebaut, R., Tessier, L. H., Nieweg, K., Moehle, C., Buard, I., Dupont, J. L., Schurgers, L. J., Schmitz, G., & Pfrieger, F. W. (2007). Glia-induced neuronal differentiation by transcriptional regulation. *Glia*, *55*(11), 1108–1122. https://doi.org/10.1002/glia.20531

Uwitonze, A. M., & Razzaque, M. S. (2018). Role of Magnesium in Vitamin D Activation and Function. *The Journal of the American Osteopathic Association*, *118*(3), 181–189. https://doi.org/10.7556/jaoa.2018.037



Fonte immagine: freepik.com



Immagine di dominio pubblico

Abitare l'incertezza: la conoscenza come costruzione della realtà

*Dott. **Giulio Marini** - Dottore in filosofia e Osteopata D.O.*

Nel dibattito contemporaneo su realtà, verità e manipolazione emerge con sempre maggiore forza la **crisi di una concezione ingenua della conoscenza**. L'idea secondo cui il sapere umano consisterebbe in una rappresentazione fedele e neutra del mondo appare oggi difficilmente sostenibile, tanto sul piano filosofico quanto su quello scientifico. La realtà, infatti, non si offre mai come un dato immediatamente accessibile: ciò che conosciamo è sempre il risultato di mediazioni, interpretazioni, selezioni. Parlare di conoscenza significa quindi interrogarsi non tanto su *che cosa* conosciamo, ma su *come* la realtà diventi conoscibile.

Questa prospettiva non implica la negazione della realtà, né conduce necessariamente al relativismo. Al contrario, invita a riconoscere un dato epistemologico fondamentale: *conoscere non significa rispecchiare il mondo, ma costruire descrizioni operative che ci permettano di orientarci in esso*. In questo senso, l'incertezza non rappresenta un difetto della conoscenza, bensì una sua condizione strutturale. Non qualcosa da eliminare, ma da abitare consapevolmente.

Un contributo particolarmente significativo a questa impostazione proviene dalla teoria dei sistemi sociali di **Niklas Luhmann**. Nel testo *Conoscenza come costruzione*, Luhmann mette in discussione l'idea che la conoscenza possa funzionare come una copia del reale. Secondo il sociologo tedesco, i sistemi cognitivi – scientifici, sociali, comunicativi – non hanno accesso diretto al mondo "così com'è", ma operano attraverso **distinzioni**. Ogni atto di

conoscenza seleziona alcuni aspetti della realtà e ne lascia altri sullo sfondo. Ciò che appare come "reale" è sempre il risultato di questa operazione selettiva.

Per Luhmann, osservare non significa semplicemente **registrare ciò che esiste**, ma tracciare una distinzione e indicare uno dei due lati. La realtà non entra nel sistema in forma immediata, ma solo nella misura in cui può essere osservata secondo le regole operative del sistema stesso. In questo senso, la conoscenza non è una finestra trasparente sul mondo, ma un processo attivo di costruzione di senso. La manipolazione, allora, non richiede necessariamente intenzioni occulte o strategie esplicite: spesso è sufficiente intervenire sulle cornici di osservazione, sui criteri che stabiliscono che cosa meriti attenzione e che cosa possa essere ignorato.

Una riflessione in parte analoga, seppur sviluppata in un contesto filosofico differente, si ritrova nel pensiero di Ludwig Wittgenstein, in particolare nella sua fase matura. Abbandonata l'idea di un linguaggio come semplice rappresentazione logica del mondo, Wittgenstein mostra come il **significato delle parole non risieda nelle cose**, ma nel loro uso all'interno di specifici contesti. I cosiddetti "giochi linguistici" non si limitano a descrivere la realtà: contribuiscono a strutturarla, stabilendo ciò che può essere detto, pensato e condiviso.

La celebre affermazione secondo cui "*i limiti del mio linguaggio sono i limiti del mio mondo*" va intesa in questo senso. Non come una negazione della realtà esterna, ma come il riconoscimento che il mondo umano è sempre un mondo già interpretato. Non esiste un punto di vista completamente neutro o esterno al linguaggio da cui osservare la realtà. Ogni forma di conoscenza è situata, radicata in **pratiche sociali**, storicamente e culturalmente determinate.

Il dialogo implicito tra Luhmann e Wittgenstein permette di chiarire un punto centrale: la **costruzione della realtà non è un errore della conoscenza**, ma la sua condizione di possibilità. La realtà non viene inventata arbitrariamente, ma emerge all'interno di sistemi di senso, linguaggi e pratiche che ne rendono possibile l'esperienza. In questo quadro, la **verità** non coincide con una corrispondenza assoluta tra enunciato e mondo, bensì con la **coerenza**, **l'efficacia** e la **condivisibilità di una descrizione all'interno di un determinato contesto**.

In un'epoca segnata dalla sovrabbondanza di informazioni e narrazioni, questa consapevolezza assume anche un valore etico. Il problema non è soltanto distinguere il vero dal falso, ma comprendere come certe rappresentazioni della realtà si affermino come ovvie, naturali, indiscutibili. **Abitare l'incertezza** significa allora sviluppare una forma di

vigilanza critica: riconoscere i limiti dei nostri strumenti di conoscenza senza rinunciare al rigore, né alla ricerca della verità.

Questa prospettiva epistemologica si chiarisce ulteriormente se si considera il ruolo del corpo nei processi di conoscenza, in particolare nei contesti di cura e di pratica clinica. L'esperienza corporea non rappresenta un semplice dato biologico da interpretare a posteriori, ma costituisce uno dei luoghi principali attraverso cui la realtà viene costruita e resa significativa. Il **corpo non è un oggetto** neutro da osservare dall'esterno, bensì il **medium** attraverso cui il mondo viene percepito, vissuto e compreso.

Nella pratica clinica, ciò che emerge come "**realtà**" – il dolore, il benessere, la sofferenza, la funzionalità – **non è mai riducibile a un dato puramente oggettivo**.

Si tratta piuttosto di esperienze che prendono forma nell'interazione tra il corpo vissuto della persona, il linguaggio con cui esse vengono espresse e i modelli interpretativi del professionista.

Anche in questo caso, la conoscenza non si limita a registrare ciò che è già dato, ma contribuisce a configurare ciò che diventa osservabile, dicibile e trattabile.

La conoscenza clinica, come ogni forma di conoscenza, non è mai puramente astratta o disincarnata. Essa si sviluppa all'interno di pratiche corporee, gesti, relazioni e contesti. In linea con l'impostazione wittgensteiniana, il significato dell'esperienza corporea emerge all'interno di specifiche forme di vita, in cui il linguaggio della cura e l'esperienza del paziente si intrecciano. In questo senso, il corpo non è semplicemente coinvolto nella conoscenza clinica, ma ne rappresenta una delle condizioni fondamentali.



Fonte immagine: freepik.com

Bibliografia

Luhmann, N. (1990). La conoscenza come costruzione. Milano: FrancoAngeli

Luhmann, N. (1995). Sistemi sociali. Fondamenti di una teoria generale. Bologna: il Mulino

Wittgenstein, L. (1953). Ricerche filosofiche. Torino: Einaudi.

Wittgenstein, L. (1922). Tractatus logico-philosophicus. Torino: Einaudi

Maturana, H. R., Varela, F. J. (1987). L'albero della conoscenza. Milano: Garzanti
von Foerster, H. (1981). Osservare i sistemi. Roma: Astrolabio



Fonte immagine: freepik.com



Fonte immagine: federprivacy.org

L'invidia algoritmica: come l'intelligenza artificiale e i social media plasmano la percezione della ricchezza e minacciano la salute mentale

Dott. ***Marco Lazzeri*** *- Cyberpsicologo, Videogames Therapist e Socio Ordinario della Sipsiol - Società Scientifica di Psicologia Online*



Abstract

L'avvento dei **social media** ha inaugurato un'era di iper-connessione caratterizzata da una performance costante del sé, dove la rappresentazione della vita è sottoposta a una logica di spettacolarizzazione e confronto. Il recente ingresso dell'Intelligenza Artificiale (IA) generativa in questo ecosistema ha intensificato e distorto ulteriormente tale dinamica, rendendo sempre più labile il confine tra realtà autentica e contenuto sintetico. Questo articolo esamina criticamente il fenomeno emergente della "**dismorfia monetaria**" – una percezione distorta e ansiosa della propria condizione finanziaria – come esito patologico di tale ambiente digitale ibrido. Attraverso una sintesi interdisciplinare che integra psicologia sociale, neuroscienze e studi

critici sui media, si propone un modello concettuale secondo cui i contenuti iper-idealizzati e algoritmicamente propagati attivano in modo cronico meccanismi di confronto sociale ascendente. Tale confronto, spesso passivo e forzato, alimenta uno stress finanziario percepito che si correla a un aumento del rischio depressivo. Le evidenze neuroscientifiche confermano che tale stress cronico, anche quando di natura percettiva, può associarsi a alterazioni strutturali in regioni cerebrali limbiche come l'ippocampo e l'amigdala.

L'analisi conclude che la dismorfia monetaria non è un problema meramente individuale, ma il sintomo di un'architettura digitale disfunzionale che sfrutta i bias cognitivi umani. Pertanto, si sottolinea l'urgente necessità di: 1) ricerche longitudinali per stabilire **nessi causali**; 2) interventi di educazione alla **literacy digitale critica** per decostruire gli ideali irrealistici; 3) politiche di **progettazione etica** delle piattaforme volte a ridurre la promozione algoritmica di contenuti che inducono confronti sociali dannosi e a garantire maggiore trasparenza sull'origine dei contenuti. Solo un approccio multidimensionale può mitigare gli impatti di questa nuova fonte di disagio psicosociale sulla salute mentale pubblica.

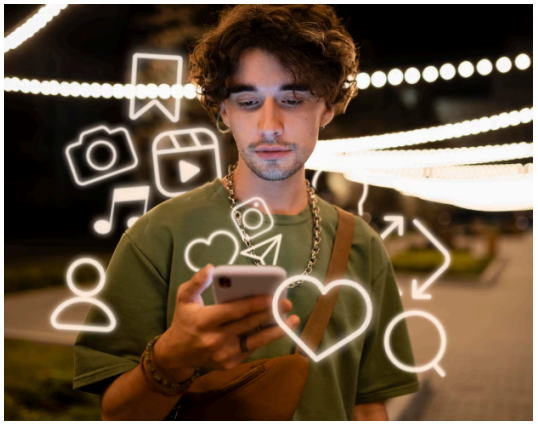
Parole Chiave: *Dismorfia Monetaria; Intelligenza Artificiale Generativa; Confronto Sociale; Salute Mentale; Depressione; Neurobiologia dello Stress; Social Media.*

Introduzione

Viviamo in un'epoca di paradossi digitali. Le piattaforme di social media, pur promettendo connessione e comunità, hanno sistematizzato una cultura della performance e del confronto sociale che permea ogni aspetto della vita quotidiana (Goffman, 1959; Marwick, 2015). In questo "**teatro del sé**", l'autorappresentazione è diventata un lavoro curatoriale volto a costruire e mantenere un'identità pubblica idealizzata, spesso incentrata su marcatori di successo e benessere economico. L'arrivo dell'Intelligenza Artificiale (IA) generativa non ha semplicemente accelerato questa tendenza; ne ha radicalmente trasformato i **fondamenti epistemologici**. I sistemi di IA sono infatti in grado di produrre contenuti testuali, visivi e audiovisivi di realismo sconcertante, erodendo la capacità umana di discernere l'autentico dal sintetico e saturando l'ambiente digitale di narrazioni iper-perfezionistiche e spesso finzionali (Radivojevic et al., 2024; Hou, 2025).

Da questo **crogiolo tecnologico** e culturale emerge un fenomeno clinico-sociale preoccupante: la "dismorfia monetaria" o "Money Dysmorphia" (Intuit Credit Karma, 2024). Analogamente ai disturbi della percezione corporea, essa consiste in una visione distorta e

persistentemente negativa della propria situazione finanziaria, sproporzionata rispetto alla realtà oggettiva e alimentata dal confronto ossessivo con standard di ricchezza irraggiungibili e pervasivi online. Questo articolo si propone di investigare la dismorfia monetaria come una sindrome dell'era digitale, esplorando i meccanismi concatenati che la generano. Analizzeremo come l'**architettura delle piattaforme sociali** e le logiche dell'IA generativa creino un ambiente che attiva e amplifica patologicamente il confronto sociale ascendente. Esamineremo poi le conseguenze psicologiche di questo processo, in particolare il suo legame con lo stress finanziario percepito e il rischio depressivo, per approdare infine alle basi neurobiologiche che traducono un'esperienza psicosociale in potenziale alterazione cerebrale. L'obiettivo è fornire un **modello integrato** che spieghi come le forze tecnologiche, psicologiche e biologiche interagiscano nel produrre questa nuova forma di sofferenza, e delineare possibili direzioni per la ricerca futura e l'intervento clinico e di policy.



Fonte immagine: freepik.com

Diffusione dei social media e costruzione del sé idealizzato

L'adozione globale dei social media, con oltre 3,48 miliardi di utenti attivi (Newman et al., 2019; Kim, 2017), ha istituzionalizzato pratiche di **autorappresentazione** strategicamente curate, trasformando la quotidianità in una performance continua soggetta a valutazione sociale (Goffman, 1959; Hogan, 2010). Questo processo di "lavoro sul sé" digitale non è neutrale, ma è profondamente plasmato dalle *affordances* delle piattaforme e dai loro incentivi economici, orientando l'autorappresentazione verso forme ottimizzate per la viralità e il consumo visivo. Le architetture delle piattaforme – i pulsanti "like", le meccaniche dei follower, i feed algoritmici – non sono strumenti passivi, ma agenti attivi che strutturano l'interazione, trasformando il riconoscimento sociale in una metrica quantificabile e competitiva (Gerlitz & Helmond, 2013). In questo senso, il sé diventa un "**progetto riflessivo**" (Giddens, 1991) costantemente monitorato e adattato in base al feedback digitale ricevuto.

Questo fenomeno trascende la semplice condivisione di informazioni, strutturandosi come una vera e propria "economia dell'attenzione" (Davenport & Beck, 2001) in cui la visibilità e il consenso

sociale (espresso tramite *like*, condivisioni e commenti) diventano valuta primaria, fungendo da rinforzo positivo per i comportamenti di autopromozione e alimentando un ciclo di produzione di contenuti sempre più calibrati per massimizzare l'approvazione. In questa economia, la costruzione del sé diventa inseparabile da una logica di "*personal branding*", in cui gli individui gestiscono strategicamente la propria immagine online come un asset da capitalizzare (Khamis, Ang & Welling, 2017). Questa dinamica è particolarmente evidente nelle culture dei creator e degli influencer, dove l'autenticità stessa viene performata e commercializzata come un tratto distintivo di marca (Abidin, 2016). In questi ambienti, gli utenti tendono a esibire prevalentemente aspetti di **successo**, **benessere** e **agiatezza** economica (Siibak, 2009; Gonzales & Hancock, 2011), operando una costante selezione, modifica e perfezionamento (*self-editing*) dei contenuti da pubblicare (Chua & Chang, 2016), dando vita a un "**repertorio performativo**" limitato ai momenti culminanti (*highlights*) dell'esistenza, che eclissa sistematicamente la normalità, la fatica e la vulnerabilità (Marwick, 2015). Questa curatela del sé genera una "**realtà spettacolarizzata**", una rappresentazione della vita come una successione di apici positivi, che rende la mediocrità e la lotta quotidiana invisibili e, quindi, anormali (Dean, 2010). Si crea così un "divario di rappresentazione" tra l'esperienza vissuta, multidimensionale e spesso ambivalente, e la sua versione pubblica, levigata e unidirezionale. Questo divario non è solo individuale ma collettivo, contribuendo a una "**crisi di realtà**" in cui le aspettative sociali vengono costantemente inflazionate da narrazioni parziali (Han, 2015).

Questa proiezione di un "sé ideale" (Rosenberg & Egbert, 2011; Vogel & Rose, 2016) risponde a bisogni di riconoscimento sociale ma, in parallelo, stabilisce *benchmark* di paragone spesso inaccessibili, gettando le basi per processi comparativi disfunzionali. La natura asincrona e controllata di questa performance permette un grado di **manipolazione e di perfezionismo estetico-narrativo** irraggiungibile nelle interazioni faccia-a-faccia, innalzando artificialmente gli standard di ciò che costituisce una vita "presentabile" (boyd, 2014). La conseguenza è una "**sovraesposizione normativa**" a stili di vita elitari, che vengono percepiti non come eccezioni, ma come traguardi attesi, alimentando un sentimento diffuso di "**debito sociale**" – la sensazione di non essere all'altezza delle aspettative del proprio network (Couldry & Mejias, 2019). Tale processo è particolarmente insidioso perché l'esposizione ripetuta a queste narrazioni perfezionistiche non solo avviene su scala senza precedenti, ma porta alla progressiva interiorizzazione di questi

standard distorti come normativi (Fardouly & Vartanian, 2016). La psicologia sociale descrive questo fenomeno come un "**effetto di falso consenso al contrario**", per cui si sopravvaluta la diffusione di tratti e successi positivi negli altri, sottostimando al contempo la comune esperienza di difficoltà (Marks & Miller, 1987). Il risultato è una "distorsione da esposizione selettiva", per cui l'universo osservato online viene scambiato per un campione rappresentativo della realtà, ignorando il suo carattere di costruzione artificiosa e altamente filtrata. Questa distorsione è sistemica: l'ecologia mediatica favorisce la circolazione di contenuti ad alto impatto emotivo e visivo (successi, beni di lusso, corpi perfetti), creando un'**iperbole collettiva** che sfalsa la percezione della norma sociale (Baudrillard, 1994). Di conseguenza, il confronto sociale, una tendenza psicologica fondamentale (Festinger, 1954), viene costantemente attivato in un ambiente distorto a favore dell'eccellenza apparente, normalizzando l'auto-valutazione attraverso una lente di inadeguatezza relativa. Il confronto, pertanto, non avviene più con una media realistica, ma con un'élite visibile e performativa, condannando la maggior parte degli utenti a una posizione psicologica di "minoranza" e deficit (Appel, Gerlach & Crusius, 2016). Questo confronto ascendente cronico può condurre a uno stato di "stanchezza da confronto" (*comparison fatigue*), caratterizzato da apatia, cinismo e ritiro sociale, come meccanismo di difesa dall'overdose di perfezione (Wright et al., 2018).

Tale dinamica è amplificata dagli algoritmi di raccomandazione delle piattaforme, che tendono a promuovere contenuti "di successo" e ad alto ***engagement***, creando così un circuito di rinforzo che omogeneizza la rappresentazione della vita verso un ideale di perfezione asfittica e commerciale (Bucher, 2018). In sostanza, il "sé idealizzato" non è solo una scelta individuale, ma è il prodotto prevedibile di un'architettura tecnologica progettata per massimizzare il tempo di permanenza e l'interazione, premiando le rappresentazioni che suscitano ammirazione, invidia e, quindi, coinvolgimento (Zuboff, 2019).

L'ecosistema risultante è una "**macchina del desiderio**" che produce e vende insicurezza, offrendo al contempo, attraverso la pubblicità mirata e il *content* degli influencer, i prodotti e i servizi promessi come soluzione a quella stessa insicurezza che ha contribuito a generare (Fisher, 2009).

Fonte immagine: freepik.com

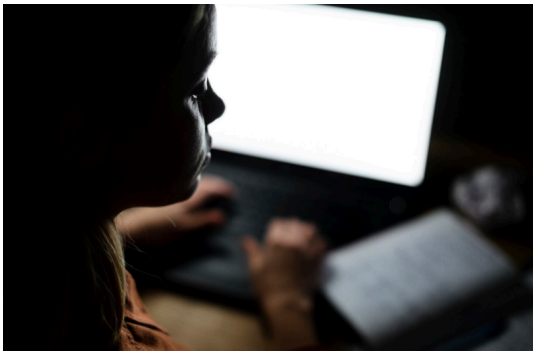


L'intelligenza artificiale come amplificatore di distorsioni percettive

Il panorama digitale è stato recentemente e radicalmente trasformato dalla diffusione di sistemi di Intelligenza Artificiale (IA) generativa. Questi strumenti non si limitano ad aumentare il volume dei contenuti e l'engagement (Møller, Romero & Jurgens, 2025), ma alterano in modo sostanziale i processi cognitivi di valutazione della realtà e di attribuzione di credibilità. Evidenze sperimentali dimostrano una difficoltà sistematica nel discriminare contenuti generati da IA da quelli umani, una condizione che compromette l'elaborazione critica e favorisce euristiche ed elaborazioni emotive (Radivojevic et al., 2024; Hou, 2025). La "**realisticità tecnologica**" (technological realism) dei contenuti sintetici può inibire i percorsi centrali di persuasione, spostando l'influenza verso modalità periferiche basate su indicatori superficiali di affidabilità (Hou, 2025). In questo quadro, segnali di credibilità algoritmici possono modulare i giudizi epistemici degli utenti in misura maggiore delle metriche tradizionali, rimodellando attivamente le dinamiche di fiducia nelle reti sociali (Hoq, Facciani & Weninger, 2025). Pertanto, l'IA emerge come un mediatore tecnologico non neutrale, capace di erodere la percezione di autenticità e di sollevare fondamentali questioni epistemiche sull'autorità delle fonti (Juzer Ujjainwala, 2025). Questa capacità di manipolare la realtà percepita, interagendo sinergicamente con i bias cognitivi umani, rappresenta un **fattore eziologico critico** per comprendere l'ecosistema in cui si formano e si radicalizzano le percezioni di inadeguatezza socioeconomica. In un ambiente informativo ibrido, dove il confine tra contenuto autentico e sintetico è poroso, i meccanismi di **confronto sociale** acquistano una potenza inedita, trasformandosi da processo sociale occasionale a un'incessante sollecitazione algoritmica.

Questo contesto non solo moltiplica le occasioni di paragone, ma ne snatura la qualità, spostando il focus dal confronto con pari significativi (simili per contesto e possibilità) al confronto con "paragoni algoritmici" – individui o influencer selezionati da sistemi di raccomandazione per la loro capacità di generare engagement, spesso attraverso l'esibizione di standard di vita eccezionali (Lee & Chiou,

2022). Un recente studio ha stimato una prevalenza della **dismorfia monetaria** nel 29% della popolazione statunitense, con picchi del 43% tra la Generazione Z e del 41% tra i Millennial (Intuit Credit Karma, 2024). Questa marcata differenza generazionale non è solo dovuta a una maggiore familiarità tecnologica, ma riflette un'esposizione di vita intera a un'etica della performance digitale e a mercati del lavoro e immobiliari percepiti come più ostili, che rendono gli ideali di successo finanziario propagandati online sia più desiderabili che più irraggiungibili (Twenge, 2017). Questi dati trovano una cornice esplicativa nella Teoria del Confronto Sociale (Festinger, 1954), la cui applicazione ai social media richiede un aggiornamento critico. In particolare, il fenomeno del "**confronto ascendente forzato**" (forced upward comparison) emerge quando gli utenti, pur consapevoli della natura parziale dei contenuti, faticano a disimpegnarsi cognitivamente dal paragone, interiorizzando comunque un senso di inadeguatezza (Vogel et al., 2014). L'ecosistema saturo di contenuti iper-realistici e iper-idealizzati, descritto precedentemente, amplifica in modo esponenziale il confronto ascendente (verso individui percepiti come superiori), storicamente associato a ridotta autostima e insoddisfazione (Emmons & Diener, 1985; Taylor & Lobel, 1989). Il paradosso risiede nel fatto che, mentre il confronto ascendente può teoricamente fungere da motivatore, nei social media esso è spesso privo di contesto e di informazioni sui reali percorsi, sforzi o privilegi che hanno condotto al successo esibito. Ciò trasforma la motivazione in frustrazione e genera una "**invidia maligna**" (malicious envy), caratterizzata da risentimento e desiderio di abbassare l'altro, piuttosto che da un'emulazione costruttiva (Lange & Crusius, 2015).



Fonte immagine: freepik.com

L'**interazione passiva** (lurking), facilitata da flussi di contenuti ibridi, mostra una correlazione particolarmente robusta con l'**affettività negativa**. Questa associazione è spiegabile attraverso il concetto di "confronto sociale passivo" (passive social comparison), che avviene senza un'intenzione esplicita e senza l'opportunità di ottenere un feedback sociale rassicurante, lasciando l'individuo in uno stato di **ruminazione** non verificata (Verduyn et al., 2017). L'impossibilità di discernere con certezza l'origine umana o sintetica di un contenuto (Radivojevic et al., 2024) aggiunge un ulteriore strato di

ambiguità e sfiducia, minando i punti di riferimento su cui tradizionalmente si basa il giudizio sociale. In tal senso, la dismorfia monetaria non è semplicemente un'errata percezione finanziaria; è il sintomo di un più ampio "**disallineamento epistemico**" in cui l'individuo lotta per costruire una rappresentazione stabile e credibile della realtà sociale ed economica, con conseguenze dirette sul suo benessere psicologico e sulla sua autovalutazione.

Dall'incertezza finanziaria percepita alla depressione: evidenze correlazionali e fattori di rischio

La percezione distorta della propria condizione economica, potenziata da un ambiente informativo manipolabile, si configura come un fattore di stress cronico, riconosciuto quale determinante significativo della salute mentale (Karim et al., 2020). Questo stress non è un semplice stato d'animo, ma un **processo psicosociale attivo** che compromette le risorse cognitive ed emotive necessarie per fronteggiare le sfide quotidiane (Hobfoll, 1989). La costante preoccupazione per le finanze, alimentata da confronti sociali ascendenti in ambienti digitali distorti, può innescare un ciclo di ruminazione e impotenza appresa (Seligman, 1972), due potenti fattori transdiagnostici nella psicopatologia. La depressione – un disturbo dall'elevato burden globale caratterizzato da umore depresso, anedonia e una costellazione di sintomi cognitivo-somatici (WHO, 2017) – è influenzata da una complessa interazione di **determinanti prossimali** (es. disoccupazione, basso reddito, insicurezza lavorativa) e distali (es. disuguaglianza di reddito, fragilità del welfare state) (Antunes et al., 2018; Lund et al., 2018). In questo modello, la dismorfia monetaria può essere concettualizzata come un ***determinante psicosociale prossimale*** di tipo percettivo, che media l'impatto dei fattori distali strutturali sull'esperienza individuale di sofferenza. Criticamente, l'era digitale modifica la qualità e la portata di questo stress. L'iper-connessione e l'accesso costante a piattaforme che promuovono il consumo e il paragone trasformano l'incertezza finanziaria da un problema circoscritto a uno stato di allerta pervasivo.

Non si tratta più solo di non poter pagare una bolletta, ma di vivere in un contesto mediatico che celebra esplicitamente l'opulenza come sinonimo di successo e felicità, rendendo ogni contenuto una potenziale miccia per l'auto-valutazione negativa. Una sintesi della letteratura, che include 40 studi osservazionali, conferma una **correlazione positiva e consistente tra stress finanziario e sintomatologia depressiva** (Guan et al., 2022). Questa associazione è bidirezionale e potenzialmente ciclica: la depressione può compromettere il funzionamento cognitivo

e la motivazione, riducendo la capacità di gestione finanziaria e le performance lavorative, il che a sua volta esacerba lo stress economico, creando un circuito vizioso (Frasquilho et al., 2016). La ricerca evidenzia che l'impatto dello stress finanziario percepito può essere mediato da specifici meccanismi psicologici, tra cui il senso di **vergogna** e di **fallimento** personale (Starrin et al., 2009), la compromissione dell'autostima (Ridge et al., 2021) e la percezione di un basso status sociale (Adler et al., 1994), tutti elementi che trovano un terreno fertile di confronto e amplificazione nei social media. Infine, è fondamentale considerare il ruolo delle **variabili demografiche e socioeconomiche come moderatori** di questa relazione. L'impatto della dismorfia monetaria e dello stress finanziario percepito non è uniforme: individui già appartenenti a gruppi socialmente svantaggiati, con minore capitale culturale o con reti di supporto fragili, possono essere significativamente più vulnerabili (Lund et al., 2018). Allo stesso modo, le generazioni più giovani (Gen Z e Millennial), profondamente immerse nella cultura digitale e spesso alle prese con precarietà lavorativa strutturale e difficoltà di accesso al mercato immobiliare, sperimentano questa intersezione tra precarietà reale e percezione distorta con un'intensità particolare, come evidenziato dai dati di prevalenza (Intuit Credit Karma, 2024). Questa prospettiva intersezionale è cruciale per progettare interventi di prevenzione e sostegno che siano equi ed efficaci.



Fonte immagine: freepik.com

Basi neurobiologiche: stress finanziario e alterazioni della struttura cerebrale

La ricerca neuroscientifica fornisce un **supporto biologico** a questa associazione, individuando potenziali substrati neurali che spiegano il passaggio dallo stress psicosociale alla psicopatologia. Uno studio di **neuroimaging** ha evidenziato che adulti di mezza età con difficoltà finanziarie presentavano volumi ridotti dell'ippocampo e dell'amigdala rispetto a controlli (Butterworth et al., 2012). Questa scoperta è particolarmente significativa perché identifica un correlato neuroanatomico misurabile di uno stressore socioeconomico, suggerendo che le esperienze di precarietà economica possono

lasciare un'impronta duratura nella struttura cerebrale. Queste strutture limbiche sono fondamentali per la **regolazione emotiva e la memoria** (LeDoux, 2003). L'amigdala, in particolare, è un nodo cruciale nella rilevazione della minaccia e nell'innesco delle risposte allo stress, mentre l'ippocampo è essenziale per la memoria contestuale e per la modulazione inibitoria dell'asse HPA (McEwen, 2017). La loro atrofia, quindi, non è solo una conseguenza, ma può diventare un fattore di mantenimento della vulnerabilità psicologica, compromettendo sia la capacità di regolare le emozioni negative sia la memoria delle esperienze positive o risolutive. Il dato suggerisce che lo stress finanziario cronico – reale o percepito – possa **attivare in modo persistente l'asse ipotalamo-ipofisi-surrene** (HPA), conducendo a un'esposizione prolungata al cortisolo, un noto agente neurotossico per regioni ricche di recettori glucocorticoidi come l'ippocampo. Elevati livelli cronici di glucocorticoidi compromettono la neurogenesi ippocampale, inducono l'atrofia dendritica e promuovono l'apoptosi neuronale, meccanismi che collegano direttamente l'esperienza di stress alla perdita di volume osservata (Sapolsky, 2004).

Ulteriori pathway, quali alterazioni della neuroplasticità, del flusso ematico cerebrale e processi neuroinfiammatori, potrebbero concorrere a questi esiti strutturali. Lo stress cronico può, infatti, innescare uno stato di neuroinfiammazione di basso grado, mediato dall'attivazione della microglia e dal rilascio di citochine pro-infiammatorie, che a sua volta danneggia i neuroni e ostacola i meccanismi di riparazione (Miller & Raison, 2016). Inoltre, lo stress finanziario, spesso associato a **comportamenti compensatori disadattivi** (come disturbi del sonno, dieta povera e sedentarietà), può indirettamente peggiorare la salute cerebrovascolare, riducendo il flusso sanguigno e l'apporto di nutrienti a regioni cerebrali critiche. Un aspetto cruciale, specialmente nel contesto della dismorfia monetaria, è che questi meccanismi neurobiologici sono innescati non solo dalla difficoltà economica oggettiva, ma anche dalla sua *percezione soggettiva* e dallo stress anticipatorio che essa genera.

Il cervello risponde alla minaccia percepita, **indipendentemente dalla sua veridicità oggettiva** (McEwen & Gianaros, 2010). Pertanto, l'ipervigilanza e la ruminazione indotte dal confronto sociale digitale possono mantenere l'asse HPA in uno stato di attivazione cronica, anche in assenza di una reale crisi finanziaria, potenzialmente innescando gli stessi pathway neurotossici. Comprendere questi meccanismi rafforza l'imperativo clinico e di salute pubblica di intervenire non solo sulle

condizioni economiche materiali, ma anche sull'ambiente informativo e sulle distorsioni cognitive che alimentano lo stress percepito, al fine di proteggere l'integrità neurale e il benessere mentale.

Bibliografia

Abidin, C. (2016). Visibility labour: Engaging with Influencers' fashion brands and #OOTD advertorial campaigns on Instagram. *Media International Australia, 161(1),* 86–100.

Adler, N. E., Boyce, T., Chesney, M. A., Cohen, S., Folkman, S., Kahn, R. L., & Syme, S. L. (1994). Socioeconomic status and health: The challenge of the gradient. *American Psychologist,* 49(1), 15–24.

Antunes, A., Frasquilho, D., Azeredo-Lopes, S., Neto, D., Silva, M., Cardoso, G., & Caldas-de-Almeida, J. M. (2018). The association between education and financial stress: An analysis of the EUROPE 2020 context. *Journal of Public Health Research,* 7(2), Article 1402. https://doi.org/10.4081/jphr.2018.1402

Appel, H., Gerlach, A. L., & Crusius, J. (2016). The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Current Opinion in Psychology*, 9, 44–49. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.10.006

Bartosik-Purgat, M., & Ratajczak-Mrozek, M. (2017). The role of social media in the communication of young people. A generational approach. *International Journal of Synergy and Research,* 6, 93–108.

Baudrillard, J. (1994). *Simulacra and simulation*. University of Michigan Press.

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression. Guilford Press*.

Berryman, C., Ferguson, C. J., & Negy, C. (2018). Social media use and mental health among young adults. *Psychiatric Quarterly,* 89(2), 307–314. https://doi.org/10.1007/s11126-017-9535-6

Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.

Bucher, T. (2018). *If...then: Algorithmic power and politics*. Oxford University Press.

Butterworth, P., Cherbuin, N., Sachdev, P., & Anstey, K. J. (2012). The association between financial hardship and amygdala and hippocampal volumes: Results from the PATH through life project. *Social Cognitive and Affective Neuroscience,* 7(5), 548–556. https://doi.org/10.1093/scan/nsr027

Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in Human Behavior,* 55, 190–197. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.011

Couldry, N., & Mejias, U. A. (2019). *The costs of connection: How data is colonizing human life and appropriating it for capitalism.* Stanford University Press.

Coyne, S. M., Rogers, A. A., Zurcher, J. D., Stockdale, L., & Booth, M. (2020). Does time spent using social media impact mental health? An eight year longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 104, Article 106160. https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160

Davenport, T. H., & Beck, J. C. (2001). *The attention economy: Understanding the new currency of business*. Harvard Business School Press.

Dean, J. (2010). *Blog theory: Feedback and capture in the circuits of drive.* Polity Press.

Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11(1), 89–97. https://doi.org/10.1177/0146167285111008

Escobar-Viera, C. G., Shensa, A., Bowman, N. D., Sidani, J. E., Knight, J., James, A. E., & Primack, B. A. (2018). Passive and active social media use and depressive symptoms among United States adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking,* 21(7), 437–443. https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0668

Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology,* 9, 1–5. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations,* 7(2), 117–140. https://doi.org/10.1177/001872675400700202

Fisher, M. (2009). *Capitalist realism: Is there no alternative?*. Zero Books.

Frasquilho, D., Matos, M. G., Salonna, F., Guerreiro, D., Storti, C. C., Gaspar, T., & Caldas-de-Almeida, J. M. (2016). Mental health outcomes in times of economic recession: A systematic literature review. *BMC Public Health,* 16, Article 115. https://doi.org/10.1186/s12889-016-2720-y

Gerlitz, C., & Helmond, A. (2013). The like economy: Social buttons and the data-intensive web. *New Media & Society,* 15(8), 1348–1365. https://doi.org/10.1177/1461444812472322

Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age.* Stanford University Press.

Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Doubleday.

Gonzales, A. L., & Hancock, J. T. (2011). Mirror, mirror on my Facebook wall: Effects of exposure to Facebook on self-esteem. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 14(1–2), 79–83. https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0411
Guan, N., Guariglia, A., Moore, P., Xu, F., & Al-Janabi, H. (2022). Financial stress and depression in adults: A systematic review. *PLOS ONE*, 17(2), Article e0264041. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264041
Han, B.-C. (2015). *The burnout society.* Stanford University Press.
Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist,* 44(3), 513–524. https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513
Hogan, B. (2010). The presentation of self in the age of social media: Distinguishing performances and exhibitions online. *Bulletin of Science, Technology & Society,* 30(6), 377–386. https://doi.org/10.1177/0270467610385893
Hoq, A., Facciani, M., & Weninger, T. (2025). AI credibility signals outrank institutions and engagement in shaping news perception on social media. *arXiv.* https://arxiv.org/abs/2511.02370
Hou, Y. (2025). Psychological mechanisms of human trust in artificial intelligence: From anthropomorphism to persuasion. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1679853. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1679853
Intuit Credit Karma. (2024). *Money dysmorphia report: The distorted financial reality of American consumers* [Internal report].
Juzer Ujjainwala. (2025). Influence of AI-generated influencer content on brand trust and authenticity perceptions. *Journal of Management and Social Research.*
https://www.jmsr-online.com/article/influence-of-ai-generated-influencer-content-on-brand-trust-and-authenticity-perceptions-438/
Karim, F., Oyewande, A. A., Abdalla, L. F., Chaudhry Ehsanullah, R., & Khan, S. (2020). Social media use and its connection to mental health: A systematic review. *Cureus,* 12(6), Article e8627. https://doi.org/10.7759/cureus.8627
Khamis, S., Ang, L., & Welling, R. (2017). Self-branding, 'micro-celebrity' and the rise of Social Media Influencers. *Celebrity Studies*, 8(2), 191–208. https://doi.org/10.1080/19392397.2016.1218292
Kim, J. H. (2017). Smartphone-mediated communication vs. face-to-face interaction: Two routes to social support and problematic use of smartphone. *Computers in Human Behavior*, 67, 282–291. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.004
Lange, J., & Crusius, J. (2015). The tango of two deadly sins: The social-functional relation of envy and pride. *Current Opinion in Psychology,* 5, 20–24. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.03.010
LeDoux, J. E. (2003). The emotional brain, fear, and the amygdala. *Cellular and Molecular Neurobiology,* 23(4–5), 727–738. https://doi.org/10.1023/A:1025048802629
Lee, S. Y., & Chiou, W. B. (2022). Algorithmic social comparison and Instagram users' dissatisfaction: The mediating role of envy and the moderating role of self-esteem. *Telematics and Informatics*, 66, Article 101745. https://doi.org/10.1016/j.tele.2021.101745
Lund, C., Brooke-Sumner, C., Baingana, F., Baron, E. C., Breuer, E., Chandra, P., & Saxena, S. (2018). Social determinants of mental disorders and the Sustainable Development Goals: A systematic review of reviews. *The Lancet Psychiatry,* 5(4), 357–369. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30060-9
Marks, G., & Miller, N. (1987). Ten years of research on the false-consensus effect: An empirical and theoretical review. *Psychological Bulletin*, 102(1), 72–90. https://doi.org/10.1037/0033-2909.102.1.72
Marwick, A. E. (2015). Instafame: Luxury selfies in the attention economy. *Public Culture,* 27(1), 137–160. https://doi.org/10.1215/08992363-2798379
McEwen, B. S. (2017). Neurobiological and systemic effects of chronic stress. *Chronic Stress*, 1, 1–11. https://doi.org/10.1177/2470547017692328
McEwen, B. S., & Gianaros, P. J. (2010). Central role of the brain in stress and adaptation: Links to socioeconomic status, health, and disease. *Annals of the New York Academy of Sciences,* 1186(1), 190–222. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.05331.x
Miller, A. H., & Raison, C. L. (2016). The role of inflammation in depression: From evolutionary imperative to modern treatment target. *Nature Reviews Immunology*, 16(1), 22–34. https://doi.org/10.1038/nri.2015.5
Møller, J., Romero, D. M., & Jurgens, D. (2025). Generative AI and the future of online discussion quality. *arXiv*. https://arxiv.org/abs/2506.14295
Newman, N., Fletcher, R., Kalogeropoulos, A., & Nielsen, R. K. (2019). Reuters Institute digital news report 2019. *Reuters Institute for the Study of Journalism.*
O'Reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., Hughes, J., Eruyar, S., & Reilly, P. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(4), 601–613. https://doi.org/10.1177/1359104518775154
Pyszczynski, T., Greenberg, J., & LaPrelle, J. (1985). Social comparison after success and failure: Biased search for information consistent with a self-serving conclusion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 21(2), 195–211. https://doi.org/10.1016/0022-1031(85)90015-1
Radivojevic, K., Chou, M., Badillo-Urquiola, K., & Brenner, P. (2024). Human perception of LLM-generated text content in social media environments. *arXiv*. https://arxiv.org/abs/2409.06653
Ridge, D., Kokanović, R., Broom, A., Kirkpatrick, S., Anderson, C., & Tanner, C. (2021). "My dirty little habit": Patient constructions of antidepressant use and the 'crisis' of legitimacy. *Social Science & Medicine*, 276, Article 113833. https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113833

Rosenberg, J., & Egbert, N. (2011). Online impression management: Personality traits and concerns for secondary goals as predictors of self-presentation tactics on Facebook. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 17(1), 1–18. https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01560.x

Sapolsky, R. M. (2004). Why zebras don't get ulcers: The acclaimed guide to stress, stress-related diseases, and coping (3rd ed.). *Holt Paperbacks*.

Seligman, M. E. P. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23(1), 407–412. https://doi.org/10.1146/annurev.me.23.020172.002203

Siibak, A. (2009). Constructing the self through the photo selection: Visual impression management on social networking websites. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 3(1), Article 1.

Starrin, B., Åslund, C., & Nilsson, K. W. (2009). Financial stress, shaming experiences and psychosocial ill-health: Studies into the finances-shame model. *Social Indicators Research,* 91(2), 283–298. https://doi.org/10.1007/s11205-008-9286-8

Taylor, S. E., & Lobel, M. (1989). Social comparison activity under threat: Downward evaluation and upward contacts. *Psychological Review*, 96(4), 569–575. https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.4.569

Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood.* Atria Books.

Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. https://doi.org/10.1111/sipr.12033

Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture,* 3(4), 206–222. https://doi.org/10.1037/ppm0000047

Vogel, E. A., & Rose, J. P. (2016). Self-reflection and interpersonal connection: Making the most of self-presentation on social media. *Translational Issues in Psychological Science*, 2(3), 294–302. https://doi.org/10.1037/tps0000077

Wheeler, L., & Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(5), 760–773. https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.5.760

Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245–271. https://doi.org/10.1037/0033-2909.90.2.245

World Health Organization. (2017). Depression and other common mental disorders: Global health estimates (WHO/MSD/MER/2017.2). *World Health Organization*.

Wright, E. J., White, K. M., & Obst, P. L. (2018). Facebook false self-presentation behaviors and negative mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(1), 40–50. https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0647

Zuboff, S. (2019). *The age of surveillance capitalism: The fight for a human future at the new frontier of power*. PublicAffairs.



Fonte immagine: freepik.com

EPIFIS® GOCCE

PRMFACTORY®
pensare **salute**



melatonina in estratto fluido di magnolia

L'ARMONIA *NEL* **SONNO**

LACTOSE FREE

GLUTEN FREE

1. FLESSIBILITÀ
in una goccia: **1 mg.** di Melatonina, **25 mg.** di Magnolia.

2. SINERGIA
La **Melatonina** è in estratto fluido di Magnolia con attività Gabaergiche e antinfiammatorie.

3. PUREZZA
E' una soluzione idroalcolica con il **93%** di acqua e solo il **7%** di Alcol.

4. MULTITARGET
Nella gestione di patologie somatiche e psichiche.

5. QUALITÀ/COSTO
500 gocce in una boccetta.



15% di sconto **MIBES**. scrivi il codice: **MIBES15**

www.**prmfactory**.it
info@.**prmfactory**.it