

## Estate: virus d'agosto per 15 mila italiani a settimana, atteso aumento

08-08-2011

Mal di pancia, nausea e vomito, o la più classica variante naso chiuso e gocciolante, starnuti e febbre. Stanno così gli italiani colpiti dai virus d'agosto: "Circa 15 mila persone a settimana, non moltissime ma con tendenza all'aumento", prevede Fabrizio Pregliasco, virologo dell'università degli Studi di Milano. Dopo un mese di luglio eletto dai meteorologi tra i più freschi degli ultimi decenni, infatti, il caldo e l'afa che in questi giorni hanno invaso lo Stivale dovrebbero lasciare spazio nelle prossime ore a qualche pioggia e a un calo termico, partendo dal Nord. I microbi rovine-vacanze sono "trasversali", spiega Pregliasco all'Adnkronos Salute. "Forse i bimbi sono un pochino più colpiti - aggiunge - ma in generale i virus enterici e respiratori di stagione colpiscono in ogni fascia della popolazione". E il covevole numero uno, avverte lo specialista, è l'aria condizionata: "E' l'elemento determinante" all'origine della catena dei contagi. "Il problema non è l'aria condizionata in sé e per sé - precisa l'esperto - quanto gli sbalzi di temperatura che si verificano passando rapidamente dagli ambienti esterni ai locali 'refrigerati', e viceversa dagli ambienti condizionati di nuovo sotto il solleone". Shock termici che aprono le porte ai virus. Quando fuori la colonnina di mercurio è bollente, l'impatto improvviso con le temperature gelide di certi ambienti ipercondizionati "può provocare anche vere e proprie congestioni - ammonisce ancora Pregliasco - oltre ovviamente alle forme virali gastroenteriche o respiratorie simil-influenzali". La regola generale, ribadisce il virologo, è "impostare il termostato in modo da limitare a un massimo di 4-5 gradi la differenza di temperatura fra esterno e interno". Ma come comportarsi quando non siamo noi a ruotare la manopola? In tempi di ferie estive, un tipico esempio di aria condizionata selvaggia che ci trova impotenti è l'aereo: si sale a bordo entrando in abitacoli spesso roventi, che al rombo dei motori si trasformano in pochi istanti in 'celle frigorifere'. Per dribblare le conseguenze di questa altalena sulla salute, "l'unica arma in nostro potere è vestirsi a cipolla - insiste Pregliasco - sovrapponendo più strati da togliere e mettere all'occorrenza". Ma le insidie del freddo artificiale non risparmiano nemmeno chi resta in città: basta entrare in un centro commerciale per fare la spesa e il crollo termico è assicurato. Anzi, per chi non parte gli ipermercati diventano a volte un rifugio dalla canicola estiva, un luogo in cui passare qualche ora e trovare refrigerio. Attrezzarsi con sciarpa e maglioncino è saggio anche in questo caso. Una cautela in più, poi, può essere quella di passare gradualmente da un ambiente caldo a uno freddo e viceversa. Magari stando per qualche minuto nella zona dell'ingresso: "L'importante è dare al corpo il tempo di acclimatarsi", conclude il virologo.