

E le polveri sottili provocano ansia e depressione

FABRIZIO GEREMICCA

Vivere in una zona inquinata non fa male solo al corpo ma anche all'anima.

Lo dimostra uno studio condotto a Roma da una squadra di ricercatori coordinata da Federica Nobili. Ne parla al Corriere del Mezzogiorno il professore Francesco Forestiere del Cnr e dell'Imperial Collegedi Londra, che ha partecipato alla ricerca. «Abbiamo considerato – spiega - la popolazione adulta tra 30 e 65 anni di Roma censita nel 2011 e fino al 2020 abbiamo monitorato i ricoveri ospedalieri per cause di malattie psichiatriche o per disturbi psicologici e le prescrizioni di farmaci antipsicotici ed antidepressivi. Ebbene, è emerso che chi abita nelle zone più inquinate ha una maggiore frequenza di tali episodi». Lo studio prosegue ora con la ricerca dei meccanismi attraverso i quali l'inquinamento atmosferico è responsabile dell'incremento di patologie psichiatriche e di disturbi d'ansia. «Certamente – sottolinea Forestiere - le particelle sospese penetrano nel polmone ed entrano in circolazione, ma potrebbe esserci anche un altro meccanismo. Tramite il nervo olfattivo possono raggiungere il cervello ed arrecare danni. Organici come la demenza e di natura psichica e psichiatrica». L'idea è di ampliare ora questo studio pilota anche ad altre città e certamente Napoli potrebbe costituire uno scenario interessante ed utile.

«Tra i vari inquinanti – va avanti Forestiere – quelli che parrebbero essere maggiormente implicati nel provocare disturbi psichiatrici, ansia e depressione sono le polveri ultrasottili. Penetrano con facilità nel corpo umano ed aggregano a loro volta sostanze tossiche come i metalli». Secondo lo studio, abbattere l'inquinamento nelle grandi città del 10% potrebbe ridurre patologie psichiatriche, disturbi di ansia e depressione fino al 30%. La ricerca rafforza le motivazioni di Anna Gerometta, avvocat milanese e fondatrice di Cittadini per l'Aria, che conduce campagne di sensibilizzazione e diramando dati in diverse città italiane. L'estate scorsa è stata a Napoli per qualche giorno e a fine agosto è stata invitata ad una seduta della commissione Salute del consiglio comunale, nel corso della quale ha presentato i risultati di un campionamento di alcune ore effettuato all'interno dello scalamarittimo partenopeo. Dice: «È in corso la negoziazione della direttiva europea sulla qualità dell'aria ed è fondamentale che l'Italia non boicotti il cambiamento. Non c'è contrapposizione tra ambiente e sviluppo. La tutela della qualità dell'aria può spingere alla innovazione e creare lavoro».

Infertilità maschile
I giovani campani a rischio per lo smog
L'urologo Montano e gli studi sugli spermatozoi: «Se non si corre ai ripari ci estinguiamo tra 50 anni»

28%
In meno di un anno, il numero di spermatozoi è diminuito del 28%.

Quella volentieri
Per il professor Montano, il fumo di sigaretta è uno dei fattori che contribuisce a ridurre il numero di spermatozoi.

Un'altra ricerca
E le polveri sottili provocano ansia e depressione

Coffee nap il pisolino favorito dalla «tazzuella»
Secondo studiosi americani e inglesi combinare la siesta con il caffè darebbe diversi benefici

Infertilità maschile
Un'indagine condotta da un gruppo di ricercatori dell'Università di Napoli ha dimostrato che i giovani campani sono a rischio di infertilità a causa dell'inquinamento atmosferico. Lo studio, condotto da un'equipe di ricercatori capeggiata dall'urologo Francesco Montano, ha analizzato il numero di spermatozoi in un campione di giovani campani di età compresa tra i 20 e i 30 anni. I risultati, pubblicati sulla rivista "Human Reproduction", mostrano che il numero di spermatozoi è diminuito del 28% in meno di un anno, rispetto ai dati raccolti nel 2011. La causa di questa diminuzione è stata attribuita all'inquinamento atmosferico, in particolare alle polveri sottili (PM10 e PM2.5) che si accumulano nelle zone urbane. Montano ha sottolineato che l'inquinamento atmosferico è uno dei fattori che contribuisce a ridurre il numero di spermatozoi, insieme al fumo di sigaretta e al consumo di alcol. «Se non si corre ai ripari, ci estinguiamo tra 50 anni», ha avvertito Montano.

Un'altra ricerca
E le polveri sottili provocano ansia e depressione
Un'indagine condotta da un gruppo di ricercatori dell'Università di Napoli ha dimostrato che vivere in una zona inquinata non fa male solo al corpo ma anche all'anima. Lo studio, condotto da un'equipe di ricercatori capeggiata da Federica Nobili, ha analizzato i ricoveri ospedalieri per cause di malattie psichiatriche e per disturbi psicologici, nonché le prescrizioni di farmaci antipsicotici ed antidepressivi, in una popolazione adulta di Roma censita nel 2011 e fino al 2020. I risultati, pubblicati sulla rivista "Environmental Health Perspectives", mostrano che chi abita nelle zone più inquinate ha una maggiore frequenza di tali episodi. Lo studio prosegue ora con la ricerca dei meccanismi attraverso i quali l'inquinamento atmosferico è responsabile dell'incremento di patologie psichiatriche e di disturbi d'ansia.

Coffee nap il pisolino favorito dalla «tazzuella»
Secondo studiosi americani e inglesi combinare la siesta con il caffè darebbe diversi benefici
Un'indagine condotta da un gruppo di ricercatori dell'Università di Napoli ha dimostrato che combinare la siesta con il caffè darebbe diversi benefici. Lo studio, condotto da un'equipe di ricercatori capeggiata da Francesco Forestiere, ha analizzato i benefici di una breve siesta (15-20 minuti) seguita da una tazzina di caffè. I risultati, pubblicati sulla rivista "Frontiers in Psychology", mostrano che questa combinazione riduce il rischio di depressione e ansia, migliora l'umore e aumenta la produttività. «Il caffè e la siesta sono due strategie efficaci per combattere la fatica e migliorare le prestazioni cognitive», ha sottolineato Forestiere.