

ESTATE: CALDO E STRESS FANNO TORNARE L'INFLUENZA

Condividi

11:24 28 LUG 2010

(AGI) - Roma, 28 lug. - Debolezza, raffreddore, naso chiuso e febbre, anche a 39 gradi. Sono i sintomi tipici della sindrome influenzale che compare d'inverno, ma migliaia di italiani ne sono colpiti anche nei mesi estivi. Risultato: vacanze rovinare e partenze a rischio, o, per chi rimane a casa, una sofferenza accentuata dal gran caldo. Ma si tratta di una vera influenza? La chiave per guarire e' guardare alla patologia partendo dalla fisiologia del nostro corpo. "Non bisogna pensare sempre ai virus come causa scatenante -afferma Samorindo Peci, direttore del centro di ricerca Cerifos, specializzato in immunologia, endocrinologia e malattie rare-. Nel periodo estivo due fattori, uno ambientale e uno psicoemotivo, si legano scatenando reazioni anomale nel sistema immunitario: le alte temperature e un'alterazione dei livelli di stress". L'idea che l'estate sia un periodo di pace e di relax, infatti, non e' sempre vera: "La stanchezza si accumula dopo mesi di lavoro, causando un aumento dello stress, e i problemi organizzativi per le vacanze possono essere fonte d'ansia -prosegue Peci-.

Per i bambini la fine della scuola coincide con un brusco cambio di abitudini, mentre gli studenti universitari sono impegnati negli ultimi sforzi per le sessioni d'esame estive.

L'ambiente esterno, poi, mette a dura prova i sistemi di autoregolazione dell'organismo: a mandare in tilt il nostro corpo non e' solo il caldo, ma soprattutto gli sbalzi di temperatura, dovuti a variazioni climatiche o a cause indotte dall'uomo, come l'aria troppo fredda -e spesso viziata- che viene prodotta dai condizionatori".