



La Sicilia - 29/07/2010 - pag. 30

Sbalzi di temperatura, a letto con la febbre a 39

IL CASO. Influenza anche d'estate. Numerose le segnalazioni ai medici di famiglia e alle guardie mediche

ANTONIO FIASCONARO

Chi l'ha detto che le sindromi influenzali sono particolarmente più diffuse in autunno, inverno e primavera? Non è così. Gli esperti sono concordi nell'affermare che anche in estate, complice gli sbalzi di temperatura, sono presenti nella popolazioni influenze e sindromi influenzali. In questi ultime settimane sono aumentati i casi di palermitani, costretti a starsene a letto per un paio di giorni a causa della febbre estiva provocata dalle differenze climatiche tra l'esterno e gli interni. L'utilizzo quasi sconsiderato dei climatizzatori in ufficio, nelle abitazioni e

nelle automobili, si scontra poi con le temperature esterne. I soggetti più esposti rimangono come sempre i bambini, gli anziani ed i cittadini con patologie croniche. Debolezza, raffreddore, naso chiuso e febbre, anche a 39, sono i sintomi tipici della sindrome influenzale con decine e decine di palermitani in questi giorni costretti, anche in vacanza, ad avere a che fare con antipiretici e alle volte anche antibiotici.

I medici sono particolarmente attenti a questo fenomeno, tanto che sottolineano come l'ambiente esterno mette a dura prova i sistemi di autoregolazione dell'organismo: a mandare in tilt il nostro corpo non è soltanto il caldo con

tutti i suoi aspetti, umidità ed afa, ma soprattutto gli sbalzi di temperatura. I medici di famiglia, quindi lanciano un appello: «Attenti all'aria fredda e spesso viziata che viene prodotta dai condizionatori sia all'interno delle abitazioni e degli uffici sia quella delle autovetture». Cosa fare quindi. Fondamentali in consigli dell'immunologo **Samorindo Peci**, direttore del centro di ricerca **Cerifos**: «Prima di tutto riparandoci dal calore e dal freddo eccessivi. Poi, seguendo un'alimentazione equilibrata, fresca e nutrizionalmente valida, a base di frutta e verdura. Bere molta acqua è estremamente importante per mantenere idratazione ed equilibrio idrosalino».