

Ricerca Dimostrato il collegamento tra cambiamenti di pressione atmosferica e problemi articolari

I doloretto che prevedono il tempo La credenza popolare ora è scienza

Andare a vivere in Paesi dal clima caldo e secco non aiuta

di ANNA MELDOLESI

Spesso la scienza smen-
tisce i luoghi comuni,
questa volta però i ri-
ceratori hanno confermato
una diceria popolare. Hanno
scoperto qualcosa che sape-
vamo già tutti, perché ce lo
ripeteva la nonna: se le gi-
nocchia fanno male, è il
tempo che sta per cambiare.
Questo non vuol dire che
d'ora in poi affideremo le
previsioni meteo ai laureati
in Medicina. Il contrario è
più probabile. Negli Stati
Uniti ci sono già dei siti web
che — sulla base dei dati at-
tesi per umidità, temperatu-
ra, pressione atmosferica,
vento — stimano la proba-
bilità di soffrire di male alla
testa o alle articolazioni. Chi
le segue può decidere di at-
tivare il deumidificatore, in-
filare un maglione in più
nella borsa, tenere un anti-
dolorifico a portata di mano.
Se prendessero piede anche
qui potremmo sentire bol-
lettini del tipo: «Temporali
in arrivo, alto rischio di in-
dolenzimenti in Pianura Pa-
dana».

La chiacchiera da reparto
ospedaliero (o da circolo ri-
creativo per la terza età) sul
nesso tra doloretto e mal-
tempo è stata messa alla
prova da diversi gruppi di
ricerca nel corso degli anni,
con alterne fortune. Da ulti-
mo si è riaffacciata, para-
dossalmente, sulle pagine di
un giornale ad alto tasso tec-
nologico come il *Wall Street
Journal*. Con l'autunno che
raduna le sue nuvole in cielo
e il freddo che bussa alla
porta, Melinda Beck ha fatto
il punto sullo stato dell'arte
concludendo che sì, la non-
na aveva ragione.

Tutti conosciamo qualcu-
no che è solito dire: «Mi
duole qui, domani piove». Il
problema è avere un cam-
pione statistico abbastanza
solido per capire se le previ-
sioni azzeccate sono più nu-
merose di quel che si otter-
rebbe affidandosi al caso. In
passato c'è chi, come lo psi-
cologo di Stanford Amos
Tversky, non ha trovato cor-
rispondenze e ha finito per
iscriversi al club degli scetti-
ci. Eppure altri studi, passati

in rassegna dal *Wall Street
Journal*, suggeriscono che
diverse patologie abbiano
una componente meteo rile-
vante. Chi soffre di emicra-
nia tende a peggiorare
quando piove nel raggio di
alcuni chilometri. L'infiam-
mazione al nervo trigemino
risente di cambiamenti di
temperatura e spostamenti
d'aria. Molti pazienti con fi-
bromialgia dicono di sentirsi
peggio quando il tempo è
cattivo. L'umidità è nemica
di chi ha la gotta. Il freddo
influenza la circolazione del
sangue e aumenta l'inciden-
za degli attacchi cardiaci (si
parla di un 7% di probabilità
in più ogni 10 gradi Celsius
persi). Quanto all'artrite,
per capire il probabile mec-
canismo Robert Jamison
dell'Harvard Medical School
suggerisce di pensare a un
pallone. Inizialmente la
pressione interna è uguale a
quella esterna. Se quest'ulti-
ma cala, il pallone si espan-
de. Lo stesso potrebbe suc-
cedere alle giunture, che
gonfiandosi esercitano una

pressione sui nervi circo-
stanti. Se sono già infiam-
mati faranno ancora più
male.

Stando così le cose, ver-
rebbe la tentazione di trasfe-
rirsi in luoghi dal clima sec-
co e mite. Ma attenzione:
non ci sono prove che i do-
lori legati al maltempo col-
piscono diversamente le va-
rie aree geografiche. Più che
i valori assoluti, sono i cam-
biamenti dei parametri me-
teo che contano. Perciò, an-
che spostandosi, i benefici
risultano passeggeri. Un'ul-
tima considerazione riguar-
da la meteorologia, scienza
affascinante e complessa,
sempre a rischio di spetta-
colarizzazione. Sappiamo
tutti quanto sia facile imbat-
tersi in previsioni sbagliate.
L'atmosfera è un sistema ca-
otico e le probabilità non
sono certezze. E così che ci
capita di uscire con l'om-
brello nelle giornate di sole,
oppure senza e poi piove. Si-
curo di voler mettere sulle
spalle dei meteorologi an-
che il fardello della nostra
salute?

 @annameldolesi

I cambiamenti

Più che i valori
assoluti contano
i cambiamenti
dei parametri meteo

Le previsioni

Negli Usa ci sono già siti
web che azzardano
le previsioni
dei possibili malanni

I disturbi

Il mal di testa colpa del fulmine

1 Secondo un recente studio, temporali e fulmini caduti nel raggio di trenta chilometri causano un incremento del mal di testa del 31 per cento

Trigemino colpito anche dalla brezza

2 L'infiammazione al nervo trigemino risente dei cambiamenti di temperatura: attenzione al freddo e agli spostamenti d'aria, anche alle brezze leggere

Freddo e temporali Più male ai muscoli

3 L'80% di chi soffre di fibromialgia (dolore muscolare acuto) sostiene di peggiorare quando le temperature si abbassano o si scatenano temporali

Attacchi di cuore quando c'è freddo

4 Il freddo influenza la circolazione del sangue e aumenta l'incidenza degli attacchi cardiaci: si parla di un 7% di probabilità in più ogni 10 gradi Celsius persi

La bassa pressione favorisce l'artrite

5 Quanto all'artrite e ai dolori alle articolazioni, il meccanismo è simile a un pallone: se la pressione esterna si abbassa, le giunture si gonfiano premendo sui nervi

L'umidità peggiora la gotta

6 Le alte temperature e l'eccessiva umidità sono nemiche di chi ha la gotta, l'infiammazione delle articolazioni (soprattutto dei piedi) causata da cristalli di acido urico



ILLUSTRAZIONE DI ALBERTO RUGGIERI

