

## «Mi fa male il tempo...»

Gli influssi veri o presunti della meteo sulla salute

### PAGINE A CURA DI METEOSVIZZERA - MARCO GAIA

«Uffa che caldo, questa notte non sono riuscito a dormire ...». «Accidenti, con questo vento la testa mi scoppia». «Al nonno oggi fanno male le ginocchia, vuoi vedere che domani cambia il tempo?».

Alzi la mano chi non ha mai udito frasi simili fra amici o parenti. Sono tre espressioni che si possono facilmente udire per la strada o sui mezzi pubblici. Tre testimonianze di veri o presunti influssi della situazione meteorologica sulla salute umana. E che risalgono alla notte dei tempi, se già gli antichi greci (Ippocrate o Galeno per esempio) si interessarono a quella che oggi si chiama la «biometeorologia». Quella scienza, cioè, che studia l'influsso del tempo sullo stato di salute dell'uomo.

Che la «meteo» abbia un qualche influsso su di noi è d'altra parte abbastanza ragionevole. Già al mattino presto, quando mettiamo il naso fuori dalla porta di casa, reagiamo a quanto succede all'esterno. Fa freddo? Indossiamo mantello e cuffia per coprirci meglio. Piove? Prendiamo l'ombrello o l'impermeabile per ripararci. Reazioni naturali, non solo dettate da esigenze di comodità (arrivare in ufficio bagnati, non è piacevole per nessuno), bensì anche per certi versi di sopravvivenza. Il corpo umano, infatti, nella sua grande raffinatezza, è comunque molto sensibile alle variazioni di temperatura. Per sopravvivere, la nostra temperatura interna deve rimanere più o meno attorno ai 37°C. E questo sia a Ferragosto su un'assolata spiaggia della Riviera Romagnola, sia a Natale a 3.000 metri di quota nelle Alpi. La temperatura dell'aria è forse la grandezza meteorologica che più influenza le nostre azioni quotidiane e che mette meglio in evidenza la nostra dipendenza dalla «meteo». Se le variazioni di temperatura rimangono all'interno di valori ragionevoli, allora siamo in grado di reagire. Ma se esse raggiungono valori estremi allora i più deboli rischiano di soccombere. E i 15.000 e passa morti registrati in Europa durante la torrida estate del 2003 ci ricordano proprio che di «meteo

Tra le «meteoropatie» c'è chi inserisce anche mal di testa, dolori reumatici, ansie, depressioni, disturbi cardiaci, ecc.

» si può anche (almeno indirettamente) morire. O, in casi meno gravi, ammalarsi. La parola *meteoropatia* è utilizzata per indicare tutti quei malanni per i quali direttamente o indirettamente la causa scatenante è attribuita a uno o più elementi meteorologici. Un *meteoropatico* è una persona che soffre di «mal di tempo». Una persona, dunque, che in una qualche forma reagisce a un cambiamento della meteo. Le statistiche ci dicono che in Europa una persona su tre si dichiara meteoropatica. E pare che anche numerosi personaggi famosi come Mozart, Michelangelo o Cristoforo Colombo lo fossero. Se avete mal di testa all'arrivo del favonio o ginocchia doloranti prima di una bella piovuta consolatevi, siete in buona compagnia. Numerose e svariate sono le malattie o i malesseri classificati come meteoropatie: dai dolori reumatici ai disturbi cardiaci, dalle ansie alle depressioni, dai mal di testa alle infiammazioni. Anche fenomeni quali l'aumento del tasso di suicidi o quello del numero d'incidenti stradali sono a volte (forse impropriamente) considerati come meteoropatie.

Sul tema meteoropatie la discussione è sovente accesa fra chi crede ciecamente ai legami fra tempo e salute e chi invece è più scettico, ritenendo ad esempio la situazione meteorologica in grado di giocare solo un influsso indiretto, più che altro sull'umore della persona. Di fronte ad una casistica così grande e variegata di presunte o vere meteo-malattie, è impossibile un approccio unitario. Al contrario ogni malessere deve essere studiato e considerato a sé stante. Negli ultimi decenni numerose indagini in campo medico hanno approfondito le ricerche sui legami fra meteo e salute umana. In alcuni ambiti (ad esempio l'aumento dei disturbi cardiaci con un rialzo delle temperature o l'incremento delle affezioni respiratorie in caso di tempo stabile con aria stagnante) questi legami sono stati riconosciuti e compresi (almeno in parte). In altri non si è per contro riusciti a mettere in evidenza nessun legame significativo, né a dare nessuna spiegazione scientifica. D'altra parte non bisogna dimenticare che al di là delle malattie provocate da cause ben precise (come nel caso di una polmonite scatenata dall'attacco di un virus), lo stato di salute di una persona è influenzato da talmente tanti fattori diversi, che è sovente difficile mettere in evidenza l'azione di una sola causa. E nella maggior parte delle situazioni l'impatto meteorologico – se esiste – è molto debole, tanto da essere difficilmente riconoscibile come unica causa. Anche nel caso della torrida estate del La medicina studia i possibili legami tra meteo e salute: in alcuni ambiti i collegamenti sono stati trovati, in altri

no

2003, la maggior parte delle persone non è morta direttamente per «il gran caldo» (tramite un colpo di calore), bensì è morta per un aggravamento di malattie preesistenti, riacutizzate dallo «stress» supplementare che l'ambiente con temperature elevate rappresentava per il corpo umano.

Le inevitabili differenze fra le persone provocano poi reazioni singole molto variegate: chi non manifesta nessun sintomo, chi qualche sintomo appena accennato, chi si dà malato per tre giorni di fila... Di fronte a questo stato di cose diventa impossibile utilizzare le reazioni umane per la previsione del tempo. Molti suggeriscono ai meteorologi di utilizzare maggiormente le reazioni delle ossa doloranti di Tizio per prevedere le prossime piogge o le cefalee improvvise di Caio per prevedere un imminente arrivo del favonio. Ma se è già difficile a posteriori capire come il tempo abbia potuto provocare un certo malanno, figuriamoci se siamo in grado di utilizzare questi presunti legami fra cambiamenti del tempo e salute umana in modo efficace in prospettiva futura.

---



**METEOROPATIA** Molte persone soffrono di mal di testa e altri disturbi in seguito ai cambiamenti del tempo (temporali, vento, caldo, freddo, ecc.).  
( Qui sopra: fotomontaggio CdT Key/ Afp)

---





**IL CALDO CHE CI METTE KO** La grande afa di certe estati, come quella del 2003, può aggravare le condizioni di salute di soggetti già deboli, provocandone in certi casi anche la morte. ( Foto Key/ Epa/ Ansa)

---

