

ta la loro grave tossicità e il ruolo determinante nella comparsa di determinate malattie, soprattutto di origine respiratoria.

NON SOLO PM10

Gli agenti inquinanti che circolano nell'aria sono numerosi. Quelli considerati più pericolosi per la salute dell'uomo sono le **polveri sottili o PM10**, particelle solide o liquide di dimensioni piuttosto piccole, che rimanendo sospese nell'aria vengono facilmente inalate attraverso il respiro. Queste polveri inquinanti possono provocare **reazioni irritanti**, e, a lungo andare, anche un'azione cancerogena. Le principali polveri sottili sono prodotte dallo **scari-co delle automobili** e dagli **impianti di riscaldamento**, che, durante l'inverno, funzionando al massimo, provocano picchi di inquinamento atmosferico.

Alle polveri sottili si aggiunge naturalmente una lunga lista di altre sostanze inquinanti (ozono, monossido di carbonio, anidri-

de solforosa, ecc.), che insieme formano una pericolosa miscela tossica, che intacca le vie respiratorie, scatenando malattie anche molto gravi. Lo smog è, infatti, responsabile in Italia di un'elevata percentuale di morti per le eccessive concentrazioni di polveri inquinanti disperse nell'aria, che vengono respirate e inalate ogni giorno inavvertitamente.

Il trasporto e la diffusione nell'aria degli agenti contaminanti dipende in gran parte anche dall'**intensità del vento** e dalle **precipitazioni atmosferiche**, indispensabili per ripulire l'aria dalle sostanze tossiche.

RIMEDI ANTISMOG?

Per abbassare gli allarmanti livelli di inquinamento dell'aria basterebbe diminuire di un solo milligrammo le concentrazioni di polveri inquinanti e scendere, quindi, a 40 microgrammi al metro cubo (limite, peraltro, previsto dalla legge) riducendo, di conseguenza, la forte percentuale di morti che viene triste-

mente registrata ogni anno.

Una consistente diminuzione dei livelli di smog registrati dipende da una maggiore **presa di coscienza e responsabilità** da parte dei cittadini, che dovrebbero utilizzare le automobili solo quando strettamente necessario, e anche dalle istituzioni, che dovrebbero informare meglio la popolazione sulle gravi conseguenze provocate dall'inquinamento e adottare misure più efficaci e restrittive per risolvere seriamente il problema. Gli interventi attualmente previsti sono piuttosto aleatori. Riguardano, infatti, blocchi occasionali della circolazione delle auto effettuati di domenica, quando, tuttavia, c'è normalmente meno traffico. Misure preventive più efficaci potrebbero, piuttosto, essere quelle di abbassare di pochi gradi, durante l'inverno, il livello di riscaldamento nelle case, di potenziare le corse dei mezzi pubblici, invogliando e consentendo ai cittadini di circolare facilmente anche senza la propria auto.

PIÙ RISPETTO PER L'AMBIENTE

Risparmiare energia per salvare la Terra

L'energia elettrica, erroneamente considerata una fonte inesauribile, viene usata scorretto, generando un enorme spreco. Basterebbe, infatti, che ciascuno di noi ogni giorno in casa adottasse piccoli accorgimenti, in apparenza banali per garantire un notevole risparmio energetico. Ad esempio, non lasciare in stand-by (con la spia rossa accesa) la televisione e gli elettrodomestici; far funzionare lavatrice e lavastoviglie, se possibile, nelle ore meno centrali della giornata, solo ad apparecchio completamente carico; spegnere le luci in una stanza se non si prevede di tornarci

subito; sostituire le lampadine a incandescenza con quelle a fluorescenza, che consumano circa il 75% in meno e durano più a lungo. Il tema dell'eccessivo consumo energetico e delle disastrose conseguenze sull'ambiente sono oggetto, da tempo, di conferenze, anche a livello internazionale, finalizzate a trovare soluzioni efficaci per arginare questo grave problema. In linea con questo programma di risparmio, **Dash**, noto marchio di detersivi per lavatrice, contribuisce, insieme ad **Enel**, a indurre i cittadini ad un consumo intelligente dell'energia domestica. In particolare, attraverso l'**Operazione Sal-**

vaenergia, ha lanciato una linea di prodotti che, nel pieno rispetto per l'ambiente, sono efficaci già a basse temperature. Formulati con composti chimici perfettamente solubili e attivi in acqua già a 20°, i detersivi della linea **Dash Impeccabile a Freddo** garantiscono un bucato pulito e un risparmio di energia fino al 33%. In ogni fustino di **Dash** in polvere **Enel** regala due lampadine a basso consumo.



IN FARMACIA



STOP ALLE ALLERGIE

A contatto con l'umidità delle narici, **Alerblock** crea una sottile pellicola protettiva

che agisce come filtro e impedisce il passaggio delle sostanze allergizzanti. **Arkopharma**.



STICK CONTRO L'HERPES

Herpotherm è un pratico stick che combatte il fastidioso herpes alle labbra. Applicato sulla parte non appena si avvertono i primi sintomi, emette calore che impedisce alle cellule infettate dal virus di moltiplicarsi.



PIÙ CALCIO ALLE OSSA

La carenza di calcio può provocare gravi conseguenze alla salute delle ossa. **Caltrate** è un integratore con vitamina D, che ne garantisce un adeguato apporto, indispensabile a qualsiasi età.