


Starbene | **Attualità**

DOMANDE E RISPOSTE

Lo avete chiesto a Google
Stop alle bufale
**LE PALLINE
DA TENNIS
SONO
TOSSICHE
PER I CANI**

Falso

Sui social network gira un articolo in cui un gruppo di veterinari statunitensi sostiene di aver riscontrato lesioni alla bocca di 4 cani che avevano giocato con le palline da tennis di un noto produttore. Il presidente dell'Associazione americana medici veterinari è intervenuto dichiarando che non si ha alcun riscontro, nella storia, di episodi di questo tipo. Per saperne di più: starbene.it/salute/news/palline-cani

 Gianluca Liva, dell'associazione Factcheckers, di divulgazione sulla verifica delle notizie (factcheckers.it)

**Quali virus diffonde
l'aria condizionata?**


Risponde il dott.
PIERANGELO CLERICI
Presidente dell'Associazione
microbiologi clinici italiani (Amcli)

L'aria condizionata non può diffondere virus perché questi, per moltiplicarsi, hanno bisogno di cellule e nel condizionatore non ce ne sono. Il pericolo arriva piuttosto dai batteri, che possono crescere e proliferare sulle superfici interne e diffondersi facilmente se l'apparecchio non viene sottoposto alla pulizia dei filtri a ogni inizio e fine di stagione. L'esempio più tipico è quello della legionella, che causa un'infezione delle vie respiratorie subdola, perché i primi sintomi possono far pensare a un raffreddore (tosse, naso chiuso, muco e catarro), e pericolosa perché, se trascurata, può evolvere in polmonite. Quando compare una febbre che perdura per più di due giorni a 38 °C e oltre, è opportuno rivolgersi subito al medico. Con la terapia antibiotica l'infezione da legionella si risolve in 5-7 giorni.

**Il ghiaccio che si prepara
a casa ha una "scadenza"?**


Risponde
CARLO STUCCHI
Presidente dell'Istituto italiano
ghiaccio alimentare

Per offrire le massime garanzie di igienicità i cubetti andrebbero utilizzati entro sei settimane dalla preparazione, evitando di ricongelare quelli non consumati. Inoltre, quando facciamo il ghiaccio a casa, assicuriamoci che vaschette e freezer siano ben puliti e che le vaschette non vengano a contatto con altri alimenti: basta coprirle con la stagnola. Altrimenti un'ottima alternativa sono gli appositi sacchetti monouso. Un'ultima avvertenza: mai toccare i cubetti con le mani, bisogna usare sempre pinze o cucchiaini puliti.


**La musica
ad alto
volume
causa gli
acufeni?**


Risponde il prof.
ALESSANDRO MARTINI,
Direttore della Clinica di
otorinolaringoiatria e del
Dipartimento di neuroscienze
dell'Azienda ospedaliera
Università di Padova



CANTANTI TORMENTATI DAI FISCHI

1. Chris Martin.
2. Phil Collins.
3. Eric Clapton.
4. Sting.
5. Caparezza.

La musica può essere considerata causa di ipoacusia, cioè di un calo generalizzato dell'udito. Spesso, poi, a questo problema si associano anche gli acufeni, cioè sibili, ronzii o fruscii che si avvertono nell'orecchio. Per i musicisti professionisti (come l'italiano Caparezza o Chris Martin, leader dei Coldplay) gli acufeni sono una malattia professionale, poiché per lavoro si sottopongono per decenni a volumi molto alti. La colpa non è tanto del genere musicale o dello strumento che si suona, quanto della posizione che si occupa sul palco o in sala di registrazione: anche un violinista classico, per esempio, rischia un trauma acustico e dunque gli acufeni se siede vicino a un trombettista o a un batterista. Oppure se ha l'amplificatore proprio

di fronte a sé o comunque vicino all'orecchio. In genere chi fa musica per professione è più consapevole del problema, dunque tende a usare accorgimenti per non risentire dell'esposizione a suoni ad alto volume e per lungo tempo: si posiziona al riparo dalle fonti acustiche, usa tappi per le orecchie, cerca di fissare le date dei concerti non troppo ravvicinate tra loro. I musicisti dilettanti, invece, sono meno attenti e finiscono per rischiare di più. Va anche detto che non tutti reagiscono nello stesso modo a un'uguale esposizione alla musica ad alto volume. Gli acufeni possono anche dipendere da una predisposizione genetica ed essere favoriti da fattori come fumo, alcol, uso di droghe, glicemia e colesterolo alti.

Perché mangiare le mele fa bene?



Risponde il dott.
FULVIO MATTIVI
Ricercatore presso la
Fondazione Edmund Mach
di San Michele all'Adige (TN)

La fama delle mele come frutto salutare trova continue conferme dalla ricerca. Le loro virtù sono legate principalmente alla ricchezza di polifenoli, sostanze complesse che hanno svariate funzioni protettive, ad esempio sul sistema circolatorio, e che contrastano malattie come il diabete. La Fondazione per cui lavoro, in collaborazione con il Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (Crea), ha appena condotto uno studio per cercare di capire con precisione cosa succede nell'organismo quando mangiamo una mela, quanti polifenoli circolano, in quali concentrazioni e per quante ore. Abbiamo seguito un gruppo di 12 volontari sani e abbiamo scoperto che vanno in circolo ben 110 composti. Uno di questi, la *floretina glucuronide*, è in grado di abbassare transitoriamente l'indice glicemico nelle ore che seguono immediatamente il consumo del frutto. Mentre sono ben 12 i composti che favoriscono l'elasticità delle arterie. Un altro dato interessante: il 60% dei polifenoli della mela riescono ad andare in circolo solo grazie ai batteri intestinali che li metabolizzano. E quindi i loro effetti sono diversi a seconda dell'efficienza del microbiota intestinale.

