

VANITY BENESSERE

Avete mal di testa, insonnia, ansia? E non riuscite a capire perché? Forse siete uno di quel milione e mezzo di italiani allergici all'elettricità. La soluzione? Spegnerne Tv e telefonino. E abbracciare gli alberi

DI TAMARA FERRARI



Non darmi la scossa

Siete sempre più ansiosi e irascibili, soffrite di mal di testa, bruciate agli occhi, perdita di memoria e insonnia? Attenzione: potreste soffrire di allergia all'elettricità e alle onde elettromagnetiche, una malattia che, secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità, colpisce dall'1 al 3 per cento della popolazione, soprattutto donne, e di cui in Italia soffrono circa un milione e 650 mila persone. Un numero in costante crescita, complici la diffusione di telefonini, computer che sfruttano la tecnologia wireless e antenne satellitari.

Come spiega il biologo Angelo Gino Levis, che da trent'anni studia gli effetti delle onde elettromagnetiche ed è stato tra i fondatori della *International Commission for Electro-Magnetic Safety*: «Le onde emesse da questi apparecchi possono diventare molto dannose per la nostra salute, soprattutto se sommate a quelle dei ripetitori delle compagnie della telefonia mobile e dei radar presenti in varie zone d'Italia». Ma come si manifesta la malattia? «I sintomi non sono uguali per tutti», continua Levis, «infatti, come per le allergie al polline o quelle al nichel, le reazioni possono essere di più o meno gravi a seconda

della sensibilità del soggetto».

Una malattia subdola, che di solito arriva all'improvviso. Colpisce chiunque, ma soprattutto le donne, che in Italia costituiscono il 60 per cento degli elettrosensibili. «La maggior parte ha tra i 40 e i 70 anni», spiega Sergio Critta, uno dei fondatori dell'Associazione italiana elettrosensibili, «le donne sono più colpite perché uno dei bersagli dei campi elettromagnetici sono le ghiandole endocrine, che producono gli ormoni. Le alterazioni ormonali causate dall'esposizione a queste onde sono più dannose per il fisico femminile rispetto a quello maschile».

In Italia è stata presentata una proposta di legge per riconoscere l'allergia all'elettricità come malattia invalidante e ridurre l'emissione di onde

QUELLA STRANA DEBOLEZZA

La maggior parte delle persone elettrosensibili vive in zone ad alto inquinamento elettromagnetico, dove, per esempio, sono presenti antenne radio oppure radar militari. I sintomi più comuni sono debolezza, irritabilità, ansia, insonnia, inversione del ritmo sonno-veglia, cefalea e crampi muscolari. Ma non mancano casi più gravi. «Test scientifici», spiega infatti Gino Levis, «hanno dimostrato che persone sane sottoposte a campi elettromagnetici a bassa densità subiscono una variazione delle onde elettriche emesse dall'organismo; quelle, per intenderci, registrate ad esempio, durante un elettroencefalogramma. Le conseguenze vanno dalle vertigini ai disturbi cardiovascolari, fino ai tumori. Inoltre, è stato dimostrato che le onde emesse dalle antenne di telefonia mobile, soprattutto Umts, causano danni maggiori, perché utilizzano frequenze biologiche simili a quelle del nostro organismo».

UNA MALATTIA INVALIDANTE

«In ogni caso, si tratta di una malattia che può diventare invalidante», dice Sergio Critta. Ci sono persone che hanno dovuto cambiare radicalmente la propria vita. Come Valeria B., 45 anni, che racconta: «Ero sempre nervosa e stanca, non riuscivo a dormire e soffrivo di cefalee e crampi muscolari. Non potevo salire sui pullman in città oppure nei treni, pieni di passeggeri con telefono cellulare. In alcuni ambienti particolarmente inquinanti sono arrivata persino ad avere le convulsioni». E continua: «I medici non riuscivano a capire che cosa mi stesse succedendo e mi consigliavano di rivolgermi a uno psicologo. Mi prendevano per pazzo. E persino mio marito e la mia famiglia si erano ormai convinti che fosse un problema psicologico e mi dicevano che dovevo calmarmi e smettere di pensarci». Fino a quando non ha scoperto di avere vicino a casa un'an-

tenna radio. «Ho convinto mio marito a trasferirci in campagna, ma non è bastato: ormai ero diventata intollerante a qualsiasi forma di elettricità», racconta, «mi davano fastidio persino gli elettrodomestici. Poi, ho scoperto che esistono aziende che producono materiali per proteggere le abitazioni e mi sono attrezzata. Ho circondato le pareti di casa con una rete schermante e alle finestre ho messo tende fatte con un materiale che impedisce alle onde di entrare. Casa mia sembra una fortezza anti-elettromagnetismo. Inoltre non uso il cellulare e, ogni giorno, per scaricare l'elettricità accumulata al lavoro faccio una lunga passeggiata in campagna e trascorro qualche minuto abbracciata agli alberi, oppure sdraiata per terra».

IL CASO DELLA SVEZIA

E, infatti, al momento l'unica cura certa per questa allergia è stare lontani dalle cause che la scatenano. «Non esistono

farmaci in grado di curarla», dice Critta, «in Svezia, dove il problema è diffusissimo a causa della conformazione geologica del Paese (non ci sono montagne e le case in legno non hanno alcun potere schermante) e soprattutto per l'alta diffusione di tecnologia cellulare, centinaia di persone si sono trasferite nelle foreste per proteggersi dalle onde elettromagnetiche. La malattia è talmente diffusa che è nato persino un partito degli elettrosensibili, che ha fatto riconoscere l'invalidità alle persone che ne soffrono e lotta perché nelle città si costruiscano quartieri liberi da inquinamento elettromagnetico».

COME PROTEGGERSI

In Italia è stata appena presentata una proposta di legge per riconoscere l'allergia all'elettricità una malattia invalidante e per far ridurre l'emissione di onde elettromagnetiche. «In attesa che questo accada, ci si può proteggere cercando di ridurre al massimo l'esposizione», dice il dottor Levis.

Come? «Innanzitutto accertandosi che nella zona in cui si vive non esistano impianti che producono onde elettromagnetiche, poi schermando il più possibile le abitazioni con materiali adatti e, infine, razionalizzando all'interno la distribuzione degli elettrodomestici. Per esempio, è importante che questi ultimi stiano ad almeno un metro di distanza dal letto», spiega Levis, «sarebbe bene anche installare dei disgiuntori, dispositivi che di notte disattivano tutti gli apparecchi elettrodomestici in stand by, con esclusione del frigorifero».

È anche dimostrato che letti in legno e materassi in lattice aiutano a scaricare l'elettricità, soprattutto se abbinati a coperte anti-elettromagnetismo. Una raccomandazione in più? «Usare l'auricolare quando si parla al cellulare», dice Levis, «e, soprattutto, non dormire mai con il telefonino sul comodino o sotto il cuscino». □



Una casa anti-onde

Avete scoperto che la vostra casa è esposta a campi elettromagnetici e volete proteggervi? Oggi è possibile rivestire le pareti, sotto l'intonaco, con reti speciali che impediscono il passaggio alle onde. Le producono un'azienda di Merate, in provincia di Lecco (info@ideascudo.it) e una di Anversa (www.archibo-biologica.com), che sfruttano una speciale lega dal potere schermante. Con lo stesso materiale vengono prodotte anche tende e fessuti anti-elettromagnetismo, ideali per proteggere soprattutto la camera da letto. Per i più esigenti, inoltre, sono allo studio vetri schermanti, che impediscono alle pericolose onde di entrare in casa dalle finestre.