



Torna il freddo, Pregliasco: «Stress per l'organismo, favorisce infezioni respiratorie»•

Descrizione

(Adnkronos) «Il ritorno improvviso di temperature invernali all'inizio della primavera rappresenta un elemento di stress non trascurabile per l'organismo», a evidenziarlo Fabrizio Pregliasco, direttore della scuola di specializzazione in igiene e medicina preventiva Università degli Studi di Milano. La primavera è ufficialmente iniziata, ma il calendario sembra non andare di pari passo con le temperature reali che in questa ultima settimana di marzo torneranno ad abbassarsi.

«In una fase in cui il corpo si sta già adattando a temperature più miti», spiega Pregliasco «questi sbalzi termici possono favorire un aumento delle infezioni respiratorie acute. È un colpo di coda delle infezioni stagionali, incluse sindromi influenzali e parainfluenzali, proprio perché il sistema immunitario può risultare temporaneamente meno efficiente nell'adattamento». «Il freddo tardivo induce inoltre una maggiore permanenza in ambienti chiusi e meno ventilati, facilitando la circolazione di virus respiratori ancora presenti. In questo contesto, si osserva spesso una ripresa della circolazione virale che sembrava in fase di declino. Particolare attenzione va riservata ai soggetti fragili «anziani, pazienti cronici e immunodepressi» nei quali anche un semplice raffreddamento può riaccutizzare condizioni preesistenti, come BPCO o patologie cardiovascolari», spiega l'esperto.

«Dal punto di vista comportamentale, il rischio maggiore deriva da una percezione «fuori stagione» del freddo, che porta spesso a sottovalutare la necessità di protezione: abbigliamento adeguato, attenzione agli sbalzi tra ambienti interni ed esterni e mantenimento di buone pratiche igieniche restano fondamentali. In sintesi, più che un evento eccezionale, si tratta di una situazione da gestire con prudenza e consapevolezza, senza allarmismi ma con un approccio preventivo», conclude Pregliasco.

«

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Marzo 23, 2026

Autore

redazione

default watermark