

Le radiazioni dei telefonini rovinano sonno dei minori.

Gli scienziati dell'industria della telefonia mobile "scoprono" che l'uso del telefonino può portare a perturbazioni nei cicli del sonno, mal di testa e depressione.

Secondo un nuovo studio, le radiazioni dei telefonini disturbano il sonno e provocano mal di testa che generano disordini e disturbi.

L'esame, finanziato dagli stessi operatori della telefonia mobile, indica che chi usa un telefono cellulare prima di andare a dormire si scontra con problemi di sonno, rispetto a chi non lo utilizza, e che l'uso interferisce nelle capacità dell'organismo di recuperare la fatica accumulata durante il giorno. Lo studio suggerisce in particolare che ciò è allarmante per i bambini e gli adolescenti "perché essi sono quelli che più lo utilizzano la sera, e paradossalmente sono quelli anche che hanno particolare bisogno di un sonno rigeneratore.

Questi disturbi inducono ad un cambiamento d'umore, della personalità, dell'ADHD (Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività), come anche a sintomi della depressione ed a mancanza della concentrazione e di efficienza per l'apprendimento scolastico.

Lo studio è stato eseguito congiuntamente dagli scienziati dell'Istituto Karolinska, dell'università di Uppsala in Svezia e dall'Università Wayne dello stato del Michigan negli Stati Uniti, tutte prestigiose istituzioni di prim'ordine.

Questo esame, che è stato appena pubblicato dall'Istituto del Massachusetts durante un simposio sulla salute riguardo alle tecnologie elettromagnetiche, è stato finanziato dal Mobile Manufacturers Forum, un consorzio dei fabbricanti che rappresenta le principali compagnie della telefonia mobile. Esso ha provocato preoccupazioni profonde fra gli esperti medici nel campo del sonno: tra essi uno ha indicato che c'era ora "l'evidenza più che sufficiente" che prova che le radiazioni del mobile "colpiscono il sonno profondo."

Gli scienziati hanno osservato 35 uomini e 36 donne da 18 a 45 anni. Alcuni sono stati sottoposti alle radiazioni ricevute con l'ausilio dei telefoni cellulari, altri sono stati collocati con precisione nelle stesse condizioni, ma con esposizione alle irradiazioni finte, ovvero senza ricevere reali radiazioni.

Le persone che avevano ricevuto la radiazione hanno impiegato più tempo per entrare nel ciclo di un sonno profondo e hanno passato meno tempo in questo. Gli scienziati hanno concluso: "l'esame indica che durante l'esposizione di laboratorio alle radiazioni sprigionate dalle radiofrequenze mobili da 884 MHz, il sonno - che è molto importante per il recupero della fatica quotidiana - è compromesso."

Gli industriali - molto imbarazzati - ha assunto un atteggiamento diffidente rispetto a questo risultato, mentre palesavano piuttosto insistentemente un disaccordo apparente con questa conclusione: secondo alcuni di loro questi "risultati erano poco conclusivi".

Ma il professore Bengt Arnetz che ha coordinato lo studio, ha dichiarato: "noi abbiamo rilevato che gli effetti negativi dell'esposizione ai telefoni cellulari sono scenari realistici. I risultati suggeriscono che ci sono effetti misurabili nel cervello." Egli pensa che la radiazione "può attivare alcuni metabolismi del cervello come quello dello stress, iniziare le fasi di allerta in numerose persone sensibili e ridurre le loro capacità di godere di un buon sonno."

Circa la metà delle persone studiate pensano di essere "elettrosensibili", perché hanno riferito dei sintomi come mal di testa ed un cambiamento delle loro funzioni conoscitive dopo un uso del telefono cellulare. Ma loro si sono rivelati incapaci di dire

se loro fossero stati esposti alle radiazioni nei test. Questo rinforza l'accuratezza della conclusione dello studio, perché era importante che nessuna suggestione che porta alla consapevolezza dell'esposizione da radiazioni ha potuto influenzare i risultati riguardo alle fasi del sonno.

In maniera più significativa, da questo parere gli industriali che mettono in dubbio la pertinenza di questo esame intendono soprattutto sostenere che la radiazione non ha alcun effetto misurabile. Questo studio si inserisce in una serie di studi portati a buon fine dall' Università di Essex. Ricordiamo che i critici hanno attaccato la metodologia di questo esame, ma questi risultati nuovi non possono che portare ad essi un serio discredito.

Questo nuovo studio completa anche altre recenti ricerche. Una indagine massiccia, condotta su 1.656 adolescenti Belgi per un anno ha riscontrato che la maggior parte di coloro che aveva usato il cellulare prima di essere andato a dormire aveva riscontrato problemi e "ha concluso che quelli che avevano telefonato una volta per settimana erano tre volte meno stanchi di quelli che avevano usato il loro telefono almeno 5 volte."

Il Dott Chris Idzikowski, direttore del centro del sonno di Edinburgo indica: "vi sono adesso di più e sufficientemente delle evidenze conclusive di un grande numero di ricercatori affidabili che evidenziano che esposizione al telefono mobile anche solo un'ora prima di andare a dormire compromette il sonno profondo."

Il Dott William Kohler dell'Istituto del Sonno della Florida ha aggiunto: "qualunque cosa che turba l'integrità del vostro sonno avrà potenzialmente conseguenze sfavorevoli nel normale funzionamento delle vostre capacità durante il giorno, come uno stato d'umore pessimo, irritabilità, difficoltà di concentrazione, persino - per alcuni, inclusi i minori - problemi di iperattività e di comportamento.

di: Geoffrey Lean

Tratto da: The Independent

Traduzione di Antonio Gagliardi - Editing a cura della redazione "Giù le Mani dai Bambini"