

ONDATA DI CALDO ANOMALO E ALLERGIE

Un'ondata di caldo anomalo sta interessando gran parte dell'Italia, portando le temperature a superare localmente i 35° . Per fortuna, l'anticiclone è in fase di indebolimento, lasciando spazio a temporali improvvisi, nubifragi e possibili grandinate in arrivo specialmente al Centro-Nord e sui rilievi. In Francia, le previsioni indicano in settimana possibili punte vicine addirittura a quota 40, con potenziali effetti nocivi anche sui tennisti impegnati al Roland Garros.



Per la prima volta in questa stagione, il Ministero della Salute ha emesso il bollino rosso (livello 3 di massima allerta) per 4 grandi città. Questo livello indica condizioni di emergenza con possibili rischi per la salute anche di soggetti sani e attivi.

Le città interessate sono:

- Bologna
- Firenze
- Roma (come confermato dal bollettino di [Roma Capitale](#))
- Torino, arrivo di temporali. Si attende un calo termico accompagnato da precipitazioni anche violente, fulmini e grandine.

Il caldo anomalo fuori stagione, oltre che ad accelerare la maturazione delle piante, causa un incremento della quantità di polline nell'aria e la sovrapposizione temporale di specie diverse.

Questo picco termico precoce altera i normali ritmi biologici della vegetazione, intensificando e prolungando i disturbi per chi soffre di allergie.

IMPATTO SULLE FIORITURE ARBOREE (ALBERI)

Olivo e Castagno: La fioritura dell'olivo è già iniziata in anticipo nelle aree di pianura, mentre il castagno si prepara a fiorire prima del previsto nei mesi successivi.

Fagacee: Le temperature elevate agiscono da forte stimolante, accorciando i tempi di apertura delle gemme e provocando un rilascio massiccio e concentrato di polline.



Piante invasive: Specie importate da regioni orientali come l'*Ailanto* traggono enorme vantaggio da queste anomalie termiche, anticipando la dispersione pollinica tra fine maggio e giugno.

IMPATTO SULLE ERBE (GRAMINACEE E SPECIE SPONTANEE)

Le Graminacee. Rappresentano la principale fonte di allergia estiva. Il caldo accelera la spigatura della biomassa erbacea, facendo impennare la concentrazione di pollini aerodispersi.

Urticacee e Parietaria. L'aumento termico incrementa i già alti i livelli di allergeni nell'aria.



Erbe tardive (Composite): Piante come l'artemisia (fortemente allergenica) possono anticipare lo sviluppo che normalmente avviene in estate inoltrata.

LE CONSEGUENZE PER I SOGGETTI ALLERGICI SONO:

L'ondata di calore odierna genera un effetto sinergico devastante tra inquinamento chimico e biologico, in cui le alte temperature e la radiazione solare amplificano la tossicità dei gas e modificano la struttura stessa dei pollini.

Smog Fotochimico e Ozono. L'elevata insolazione odierna funge da catalizzatore. I precursori chimici come gli ossidi di azoto (NO) dei motori e i composti organici volatili VOC industriali reagiscono rapidamente, producendo picchi di ozono troposferico a livello del suolo.

Modificazione dei Granuli Pollinici. Gli inquinanti chimici (come Ozono e NO) aggrediscono la parete esterna dei pollini. Questo contatto ne provoca la rottura prematura e il rilascio di micro-particelle ed allergeni ad altissima concentrazione.

Ristagno Atmosferico. Il forte calore si associa spesso all'assenza di vento e alla stabilità atmosferica. Questa condizione intrappola gli inquinanti e i pollini nei bassi strati dell'aria, creando una cappa respiratoria tossica

Effetto "Cocktail" (Sovrapposizione): Piante che solitamente fioriscono in momenti distinti si trovano a rilasciare pollini contemporaneamente. Il sistema immunitario viene così investito da più allergeni nello stesso momento.

Consigli generici per i pazienti allergici



Evitare le uscite nelle ore di punta: non esporsi al sole e non frequentare spazi aperti tra le ore 11:00 e le 18:00.

Migliorare il clima domestico: schermare le finestre esposte al sole con tende o persiane, rinfrescando gli ambienti con condizionatori impostati a non meno di 25-27 °C.

Mantenere l'umidità interna tra il 40% e il 50% con un deumidificatore. Un ambiente troppo caldo e umido favorisce la proliferazione degli Acari della polvere

Idratarsi costantemente: bere almeno 1,5 - 2 litri di acqua al giorno anche in assenza dello stimolo della sete, escludendo alcolici e caffeina.

Tenere a portata di mano i farmaci antiallergici prescritti dal curante.

Renato Ariano