

## Elettrosmog: ridurre i rischi

Scritto da Ale

Martedì 12 Novembre 2013 00:00 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 20 Novembre 2013 19:45

---



L'esposizione prolungata a livelli elevati di [elettrosmog rappresenta un grave rischio per la salute](#). Numerosi studi hanno accertato un aumento di malattie oncologiche a seguito di un'intensa esposizione ai campi elettromagnetici, soprattutto a carico dei più giovani.

Altri disturbi possono interessare l'apparato visivo e quello riproduttivo, fino a disturbi meno importanti, quali mal di testa, dolori localizzati e vari effetti nocivi, spesso a carico del sistema nervoso.

Con il termine **elettrosmog** si intende l'inquinamento elettrico, magnetico e elettromagnetico derivante in genere da radiazioni elettromagnetiche non ionizzanti. La

[IARC](#)

, Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro, parte dell'

[Organizzazione mondiale della sanità](#)

delle

[Nazioni Unite](#)

li inserisce nella

*classe 2B*

, classe cancerogena possibile per l'uomo, la International Commission for Electromagnetic Safety (Icems), sottolinea, nel 2012,

**possibilità di aumenti a due cifre di alcune incidenze tumorali.**

Gli agenti comprendono apparati in grado di creare:

- **campi elettrici**
- **campi magnetici**
- **campi elettromagnetici**

I suddetti campi possono essere statici, ovvero non variabili nel tempo, o oscillanti, quindi:

- **ad altissima frequenza** come laser nel visibile, nell'infrarosso, radiazione a terahertz
- **ad alta frequenza** come le microonde dei **radar** (il confine tra le microonde e le gamme radio non è netto e varia seconda dei diversi campi di applicazione)
  
- **a media e bassa frequenza** come le onde radio nell'intervallo 300Hz 300GHZ
- **a frequenze cosiddette ultra-basse** SLF, ELF come quelle utilizzata dalla corrente alternata per uso civile a 50 e 60 Hz.
- **statici** come i campi magnetici degli apparati diagnostici e analitici RMN

{loadposition bannerintext}

## Come ridurre il rischio di elettrosmog in casa

Ecco alcuni suggerimenti per evitare i rischi più comuni di radiazioni elettromagnetiche:

1. mantenete una distanza di 100 metri dagli **elettrodotti**;
2. mantenere la fonte **Wi-Fi** distante almeno 2 metri, e preferire collegamenti tramite cavo di rete;
3. non utilizzare **telefoni cordless** (anche più dannosi dei telefonini), meglio apparecchi fissi con filo o con auricolari;
4. utilizzare l'auricolare con il telefonino;
5. mettere a una distanza di 1 metro le [lampade fluorescenti a risparmio energetico](#) ;
6. stare lontani dal forno a microonde (quando è in funzione).

- [Troppe leucemie e linfomi anche a Ottavia e Palmarola](#)
- [Rischi nascosti del cellulare](#)