

Neurologia I fattori climatici non avrebbero un'influenza significativa sulla cefalea

«Barometro», vento e luce non condizionano il mal di testa

Meteoropatia

Il «tempo» non va troppo temuto da chi soffre spesso di mal di capo



Spesso si dà la colpa a caldo, freddo o al cambio di stagione

I cambiamenti climatici sono i fattori di scatenamento del mal di testa più spesso chiamati in causa da chi soffre di questo disturbo, ma secondo uno studio dell'Università di Vienna, pubblicato sulla rivista *Cephalalgia*, queste lamentele non avrebbero fondamento scientifico.

Le situazioni meteorologiche da sempre chiamate in causa per il mal di capo sono il rapido calo della pressione barometrica, il cambio di stagione, l'eccessiva luminosità, il vento forte, il clima troppo caldo o troppo freddo e i temporali. Le ricerche condotte per verificare la loro reale correlazione col mal di testa non hanno però mai ottenuto risultati davvero convincenti: le indagini che si sono concentrate sull'influenza del vento, ad esempio, hanno evidenziato a volte un aumento della frequenza degli attacchi di mal di capo, a volte una riduzione. In altri casi una medesima variabile climatica (pressione, temperatura, eccetera) risultava avere effetti diversi a seconda dell'ora del giorno.

Un gruppo di neurologi austriaci, diret-

ti da Karin Zebenholzer, per dirimere la questione una volta per tutte hanno chiesto aiuto all'Istituto Centrale di meteorologia e geodinamica del loro Paese, mettendo a punto un ampio studio che ha coinvolto 238 pazienti (l'87,8% erano donne), età media di 42 anni, seguiti da ottobre 2009 a marzo 2010. In questo periodo i meteorologi austriaci hanno registrato ogni giorno nell'area di residenza dei soggetti che partecipavano all'esperimento (Alpi dell'est) temperatura, pressione atmosferica, velocità del vento, durata di illuminazione solare, umidità relativa e precipitazioni. Le persone coinvolte nell'indagine dovevano, a loro volta, compilare ogni sera un dettagliato diario con 59 domande: 7 sulla loro percezione del clima e le altre sull'insorgenza della cefalea e sulle sue caratteristiche. A una prima analisi è risultato che una certa influenza sul rischio di cefalea sembrava essere esercitata da una riduzione giornaliera della velocità del vento e dalle variazioni di durata dell'illuminazione solare, e che il picco di alta pressione era l'elemento che aveva l'impatto maggiore. Ma poi, al vaglio di

una valutazione più severa, nessun fattore fra quelli esaminati è risultato avere un'influenza statisticamente significativa, quindi scientificamente sostenibile, sull'insorgenza del mal di capo.

Ma allora come mai chi soffre di mal di testa associa spesso le variazioni climatiche con l'andamento del suo disturbo? La spiegazione può risiedere nel fatto che quando si cerca di dare una giustificazione ai propri attacchi si tende a ricordare ciò che meglio si adatta alla spiegazione che si preferisce darsi. «L'interpretazione che i pazienti danno ai fattori che scatenano la cefalea sono molte e non riguardano solo il clima, — commenta il professor Giancamillo Manzoni dell'Università di Parma — a partire dai cibi fino allo stress». Per quanto riguarda alcuni di questi fattori sono state trovate correlazioni convincenti, per altri, come quelli climatici, appunto, mancano prove certe. «Ma è probabile che sul vento in particolare, potrebbero uscire nuovi studi capaci di approfondire meglio un'eventuale relazione» chiosa il professor Manzoni.

Carlo Sartorio

La curiosità

La «bassa pressione» favorirebbe il «cattivo umore»

Il fatto che la variabile atmosferica che, seppure non in modo statisticamente significativo, sarebbe più in grado di influenzare il mal di testa sia la

pressione barometrica (si veda l'articolo a lato) intriga gli esperti: infatti, proprio la pressione, quando però cala, secondo due recenti ricerche della Nagoya

University (Giappone), sarebbe in grado di favorire la depressione. Emicrania e depressione hanno diversi meccanismi in comune e sarà da capire perché sembrano

essere condizionate dallo stesso fattore atmosferico, ma in maniera opposta.

E al cinema fa il suo esordio la cefalea «3D»

I film in «tre dimensioni» possono indurre un nuovo tipo di mal di testa: la cefalea da 3D che secondo l'American Optometric Association ha colpito oltre il 25% degli spettatori: al dolore, non forte, ma persistente e fastidioso, si associano nausea con disturbi della visione e sensazione di vertigini. Secondo uno studio dell'oftalmologo Marty Banks della

California University di Berkeley (USA) sono gli innaturali movimenti compiuti dagli occhi per seguire l'immagine 3D a provocare la cefalea, soprattutto l'innaturale convergenza senza accomodazione.

Quando qualcosa ci si avvicina, gli occhi rispondono in due modi: convergono ruotando all'interno per seguirla e contemporaneamente cambiano il fuoco per mantenerne

chiara l'immagine (accomodazione). Ma nei film 3D si può verificare un conflitto sensitivo: gli occhi convergono infatti per seguire l'immagine, ma devono mantenere un fuoco fisso sulla superficie dello schermo, un processo innaturale che tende a mandare in sovraccarico il cervello e può talvolta provocare il mal di testa.

Cesare Peccarisi

