

1 luglio 2016 14:32

## ITALIA: Stressati dal telefonino. Pericoli per gomito e nervi braccio. Studio

Telefonino bollente: a risentire di chiamate 'chilometriche' al cellulare non sono solo l'udito e il credito degli interlocutori. Ricercatori dell'Istituto di Neurologia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e della Fondazione Policlinico Universitario Gemelli di Roma hanno infatti mostrato che parlare al cellulare - specie nel caso di lunghe telefonate - può mettere a dura prova il nervo del braccio (nervo ulnare) con fastidi, formicolii e difficoltà di movimento che possono estendersi anche alle dita della mano. Il lavoro, condotto dal gruppo di Luca Padua, docente di Medicina fisica e Riabilitazione della Cattolica e neurologo presso l'Uoc di Neurologia del Gemelli (diretta da Paolo Maria Rossini), è stato pubblicato sulla rivista 'Clinical Neurophysiology' e mostra che stare al telefono a lungo può alterare la trasmissione dei segnali nervosi del nervo del braccio. L'uso del cellulare negli ultimi decenni è aumentato esponenzialmente. Gli effetti positivi sono assolutamente inequivocabili nella vita quotidiana, ammettano i ricercatori, nondimeno sono stati considerati alcuni effetti collaterali indesiderati. In particolare, sono stati indagati e sono tuttora in corso gli effetti elettromagnetici del cellulare su strutture biologiche quali il cervello, ma senza risultati a oggi definitivi.

Il gruppo di ricerca coordinato da Padua ha studiato gli effetti meccanici determinati dalla postura che normalmente viene assunta durante le chiamate al cellulare. Bisogna considerare, infatti, che la durata di una chiamata con un telefonino "può variare da alcuni minuti a qualche ora (nei casi più estremi)". In tal modo il gomito risulta piegato per un tempo piuttosto lungo. Questa postura prolungata causa uno stress meccanico sul nervo ulnare, che normalmente si trova proprio dietro al gomito. Questo nervo 'si allaccia' alle ultime due dita della mano e quando soffre, per esempio per una compressione all'altezza del gomito, causa al paziente una sensazione di formicolio in questo territorio innervato, almeno nei casi meno gravi. Partendo da questo presupposto, il gruppo del professor Padua ha reclutato 58 pazienti, con sintomi di sofferenza del nervo ulnare, e 56 soggetti senza sintomi. Uno studio neurofisiologico è stato effettuato utilizzando la 'tecnica neurografica', che permette di rilevare la velocità di conduzione nervosa lungo un tratto stabilito. Quindi i ricercatori hanno valutato questa velocità sul nervo ulnare nel tratto del gomito, durante una simulazione di chiamata con cellulare, fino a 18 minuti di durata.

Dallo studio è emerso che, nei pazienti con sofferenza del nervo ulnare, questo riduce la sua velocità di conduzione del segnale nervoso. Un dato che "suggerisce che il nervo comincia a soffrire già dopo pochi minuti di chiamata". I risultati indicano che la postura prolungata a gomito flesso durante l'uso di cellulare andrebbe quindi evitata. "Quindi, se abbiamo necessità di usare il cellulare per parecchi minuti al giorno - conclude Padua - dobbiamo porre attenzione alla postura nostro gomito, per esempio usando un auricolare o alternando le due mani per reggere il cellulare durante la chiamata". Dai risultati ottenuti si può supporre che anche l'uso del cellulare per inviare messaggi, leggere/scrivere email, chattare e così via possa causare un minimo danno al nervo ulnare, seppure di entità inferiore rispetto a quello causato dalle chiamate, poiché la flessione del gomito nei casi precedenti risulta meno pronunciata. Tuttavia, scrivono i ricercatori, sarebbero necessari altri studi per confermare tale ipotesi.