Allianz (1) Global Investors
Il cambiamento moltiplica le opportunità
→ Scopri Allianz Thematica e abbraccia l'innovazione.

C'è un covo di batteri che portiamo ogni giorno al polso

di Anna Fregonara

Responsabili sono i braccialetti di smartwatch e i wearable device, ovvero quei dispositivi indossabili, che ci aiutano a monitorare frequenza cardiaca e altre funzioni utili all'attività sportiva

Ascolta l'articolo 5 min NEW

A guardarli sembrano puliti. Eppure i **braccialetti di smartwatch e di accessori fitness**, spesso indossati quotidianamente, senza una pulizia di routine, per misurare i passi, allenarsi in palestra o registrare la qualità del sonno e i battiti del cuore, possono accumulare batteri potenzialmente patogeni. Da uno studio apparso su Advances in Infectious Diseases emerge, infatti, come il 93% dei braccialetti testati di plastica, gomma, metallo e stoffa, sia contaminato. I ricercatori hanno analizzato Staphylococcus, Pseudomonas ed Enterobacteria (come l'Escherichia coli). «Lo studio è piccolo e i batteri trovati sono naturali "abitanti" della pelle, come nel caso del genere Staphylococcus e Pseudomonas, o dell'intestino come nel caso di E.coli. È, quindi, normale che gli oggetti che indossiamo siano contaminati dai nostri batteri, quelli della flora abituale, ma anche da patogeni se siamo ammalati o portatori di qualche batterio o virus, meno "amico" della salute. Inoltre, venendo a contatto con altre superfici su cui si appoggiano, gli accessori tecnologici possono raccogliere microrganismi che si trovano in giro», spiega **Annalaura Carducci, professore di Igiene Generale e Applicata presso il Dipartimento di Biologia dell'Università di Pisa**. «È vero che quando, su tali dispositivi, sono presenti patogeni essi possono rappresentare un veicolo di trasmissione. Bisogna, però, tenere presenti le principali vie di entrata nell'organismo: ingestione, inalazione, contatto con occhi e ferite, raramente cute integra».

Lavarsi le mani i batteri menzionati sono comuni

«Sono in genere considerati indicatori di contaminazione più che patogeni», prosegue l'esperta. «Tuttavia possono dare malattie a seconda del ceppo, del tipo di esposizione e del soggetto esposto. Per esempio, abbiamo tutti E. coli nell'intestino in grandi quantità, ma solo alcuni ceppi producono tossina e se si moltiplicano negli alimenti, il consumo di questi cibi può dare intossicazione anche grave. Come si vede, però, il problema è diverso da quello della contaminazione di un braccialetto. Invece la presenza di E. coli sugli oggetti indica contaminazione fecale e quindi fa pensare che ci possano essere patogeni di origine fecale (per esempio salmonelle o norovirus) che darebbero malattia se ingeriti. Dal braccialetto dovrebbero passare alla bocca, eventualmente attraverso le mani. È quindi giusto mantenere puliti e disinfettare tali dispositivi per evitare una possibile esposizione».

Come pulirli

«Per i dispositivi che non possono essere lavati si possono usare le normali soluzioni di pulizia per togliere lo sporco e si può disinfettare con prodotti alcolici», raccomanda l'esperta. «È sempre buona regola limitare al massimo la contaminazione microbica sulle superfici e sugli oggetti, a maggior ragione quelli che indossiamo o portiamo sempre con noi. Ricordiamo anche di **lavare bene le mani**, l'intervento più importante per il controllo delle infezioni e, come buona consuetudine, non portare al volto, lo abbiamo imparato durante la Covid».

Cravatte: quanti batteri

La quantità minore di batteri è stata riscontrata dagli studiosi sugli accessori di metallo, in particolare oro e argento. Il biologo **Nwadiuto Esiobu**, uno degli autori della ricerca, ha precisato che i braccialetti di plastica e di gomma potrebbero fornire un ambiente più adatto alla crescita di microrganismi poiché le superfici porose tendono ad attrarre i batteri e a farli colonizzare. «È un'informazione in parte vera per quanto riguarda la potenziale attrazione di microrganismi, non necessariamente per la loro crescita», precisa l'esperta. Gli studiosi temono che questi braccialì possano essere potenziali fonti di infezioni in ambito ospedaliero. «Ma questa preoccupazione vale per tutti gli oggetti, se contaminati, che possono essere indossati da pazienti, operatori e visitatori», conclude la dottoressa Carducci. Basti pensare alle cravatte per esempio, ora in disuso. All'inizio degli anni 2000, la British Medical Association indicò, nella sua nuova guida sulle infezioni contratte in ospedale, che il personale sanitario non avrebbe dovuto più indossarle durante i turni in corsia perché avrebbero potuto diffondere le malattie.

L'esperimento con il cellulare

Oggi, un oggetto che tutti hanno sempre con sé è lo smartphone. In uno studio apparso su AmanPrensky dopo la disinfezione delle mani, a 40 anestesisti è stato chiesto di fare una breve chiamata dal cellulare e da un telefono fisso nell'anticamera della sala operatoria. Dopo l'uso, il tasso di contaminazione batterica delle mani dei medici è aumentato rispettivamente in 38 su 5 20 su.

LEGGI ANCHE

- Escherichia coli, i sintomi e quali sono i 12 batteri più pericolosi per l'uomo

Le tue notizie

CASTE-GRANDELLINI
Il mondo al contrario | Il Caffè di Massimo Gramellini

SPORT
Sinner «dovrebbe ringraziare i genitori anche per la genetica da fuoriserie. Acido lattico e asmaipide: così ha rimontato in finale»

ESTERI
Musk: Neuralink ha installato il primo impianto cerebrale su un uomo

SCOPRI DI PIÙ

BATTERIO ESCHERICHIA COLI FITNESS

12 settembre 2023 (modifica il 12 settembre 2023 | 07:30)
© RIPRODUZIONE RISERVATA

2 Leggi e commenta

DIZIONARIO DELLA SALUTE
Cerca il tuo organo/patologia

CORRIERE TV

Tessuti muscolari e stampa 3D: creato in laboratorio un robot bioibrido che «cammina» robot bioibridi

EDITORIALI E COMMENTI

Problemi cronicamente acuti
di Luigi Ripamonti

L'azienda dell'azione non diventi anestetizzante
di Alberto Scanni

La formazione online non basta in chirurgia
di Giampiero Campanati

DIZIONARIO DELLA SALUTE
Cerca il tuo organo/patologia

CERVELLO E NERVI
CUORE, ARTERIE, VENE
OCCHI
ORECCHIO, NASO, GOLA
FEGATO, ESOFAGO, STOMACO, INTESTINO
BOCCA E DENTI
TRACHEA, BRONCHI, POLMONI
RENI, VESCICA, VIE URINARIE
OSSA, MUSCOLI, ARTICOLAZIONI
ORGANI GENITALI
PELLE, UNGHIE, CAPELLI
PANCREAS, TIROIDE E ALTRE GHIANDOLE
SANGUE E LINFA

SCRIVI ALLA REDAZIONE
Un contatto veloce con i giornalisti della redazione Salute del Corriere della Sera

CORRIERE DELLA SERA TI PROPONE

SALUTE
Apnee notturne? Curarle protegge anche la memoria (e non soltanto il cuore)

SALUTE
Controllare l'ansia è possibile: i consigli dell'esperta per superare le paure

SALUTE
Quando serve la Rsa agli anziani e non sola: come si accede, quanto si paga, chi è esente

Copyright 2024 © RCS Mediagroup S.p.a. Tutti i diritti sono riservati | Per la pubblicità: CARDIRO MEDIA Spk - Direzione Pubblicità
RCS MediaGroup S.p.A. - Direzione Quotidiani Sede legale: via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano | Capitale sociale Euro 270.000.000,00
Codice Fiscale, Partita IVA e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n. 12086540155 | R.E.A. di Milano 1729130 | ISSN 2499-1945