

## **Gli acari della polvere sono ovunque, non pungono e non fanno rumore**



Sono ovunque intorno a noi, sono migliaia, anzi milioni, non si vedono, non fanno rumore e non pungono. Sono gli acari della polvere.

Sono responsabili del 20% delle allergie respiratorie in Europa e provocano la forma di allergia più diffusa in Italia. Essere allergici agli acari significa esserlo tutto l'anno. Gli acari vivono in casa o in ambienti chiusi dove trovano le condizioni ideali per crescere e riprodursi: un substrato favorevole come tappeti, materassi, divani, pareti della casa, una temperatura tra i 15 e i 30 gradi, un'umidità tra il 60 e l'80%, poco ricambio di aria, nutrimento costituito da tutto ciò che è organico come forfore derivanti

dalla cute dell'uomo e degli animali domestici, peli, muffe e residui alimentari.

L'allergia all'acaro si manifesta con i sintomi della rinite, dell'asma bronchiale o sporadicamente con i sintomi cutanei della dermatite. Per ridurre l'esposizione agli allergeni degli acari si possono adottare delle misure di controllo ambientale.

Ecco alcuni consigli: arieggiare l'abitazione almeno una volta al giorno e aprire sempre le finestre dopo aver cucinato, stirato e durante le pulizie. Eliminare oggetti che trattengano la polvere come tappeti, moquette, tendaggi pesanti, rivestimenti murali in tessuto. Sostituire peluche con giocattoli di plastica o legno, in alternativa si può bloccare la crescita degli acari mettendo i peluche in freezer per 24 ore e poi lavarli. Si possono utilizzare acaricidi su materassi, cuscini, tappeti e interni dell'auto, ma dopo il trattamento è necessario rimuovere gli acari morti, ancora in grado di scatenare allergie, mediante lavaggio o con aspirapolvere, tinteggiare le pareti se è da molto tempo che non si pitturano. Ricorda quello che non vediamo non significa non esista.