

# Effetti dei telefonini sulla salute

risultati degli studi più recenti

18 marzo2010

Comitato Casnigo Salute e territorio

 [www.casnigosaluteterritorio.it](http://www.casnigosaluteterritorio.it)

info@casnigosaluteterritorio.it

## Introduzione

- Sono circa **4 miliardi** le persone al mondo che usano i telefonini, ma essi sono sul mercato solo da circa **20 anni**. Non si hanno quindi dati consolidati sugli effetti dell'esposizione alle radiazioni dei telefonini sul **lungo periodo**. Gli scienziati non hanno quindi tanti dati, ma gli ultimi studi hanno fatto crescere i **timori**.

**Radiazioni.** Le radiazioni emesse dal telefonino sono di bassa energia. In altre parole non riescono a "rompere" o "danneggiare" le cellule. Penetrano però nei tessuti per alcuni centimetri (nella testa meno che nel corpo), possono causare danni a seguito di lunghe esposizioni.

**Esposizione.** Il periodo su cui si è iniziato ad osservare gli effetti dei telefonini è limitato così non si è ancora riusciti a quantificare cosa si intende per "elevata esposizione". In altre parole non c'è una soglia di rischio ben definita (per intenderci non esiste un dato del tipo "meno di 2 ore al giorno").



**NORME DI COMPORTAMENTO PER EVITARE I RISCHI**

# Rischi dell'esposizione intensa alle radiazioni dei telefonini

- Studi recenti hanno collegato l'intensa esposizione all'uso dei telefonini a:

**Tumori al cervello:** analisi di 25 studi su pazienti USA precedenti ha dimostrato l'incremento dal 50% al 90% del glioma e del neuroma dell'orecchio [Hardell 2009, Kundi 2009]

**Tumori ghiandoli salivari:** studio Israeliano ha dimostrato l'incremento dal 50% al 60% del tumore delle ghiandole salivari per pazienti con uso intenso del telefonino [Lonn 2006, Sadetzki 2008]

**Problemi comportamentali:** studio Danese su 13159 bambini ha dimostrato nell'80% dei casi un elevato rischio di disturbi emotivi ed iperattività per bambini con elevato uso del telefonino e/o che le madri ne hanno fatto uso intenso in gravidanza [Divan 2008]

**Emicrania e vertigini:** studio Danese su 420095 adulti ha dimostrato un incremento del 10-20% del rischio di essere ricoverati per emicrania e vertigini per pazienti che sono stati esposti a lungo tempo all'uso del telefonino rispetto coloro hanno iniziato ad usarlo recentemente [Shuz 2009]

- 3 -

## Regole di comportamento (1/3)



I dati di pericolosità **NON ci devono spaventare**. Però la legislazione a tutela degli utilizzatori su questi problemi non è aggiornata con i dati degli studi recenti. Esistono delle semplici regole per **RIDURRI I RISCHI**.

Usare un telefonino a basse emissioni

- Non tutti i telefonini emettono la stessa quantità di radiazioni.
- Tutti i telefonini rientrano nei limiti di legge per le emissioni (SAR MAX 1,6 W/Kg)
- Alcuni funzionano però benissimo emettendo molte meno radiazioni (SAR=0,55 che è un terzo del consentito)

Usare l'altoparlante o le cuffie

- Le cuffie emettono molte meno radiazioni del telefonino (fino a 30 volte meno del telefonino che emette minori radiazioni)
- Gli esperti sono indecisi se è meglio la versione Bluetooth (senza fili) o l'auricolare. Ma le differenze sono minime. Per i dispositivi senza fili meglio scegliere quelli in classe 3 (meno potenti, ma meno emissioni)
- Togliere sempre l'auricolare quando non si è in chiamata (alcuni emettono in continuo)
- Anche la modalità altoparlante riduce notevolmente le radiazioni assorbite

- 4 -

## Regole di comportamento (1/3)

Ascoltare di più,  
parlare meno

- Il telefono emette molto di più in emissione che quando riceve.
- Meglio ricevere/ ascoltare che parlare

Limitare l'uso dei  
telefonini ai bambini

- Il cervello dei bambini riceve il doppio delle radiazioni di un adulto.
- Le agenzie della salute di 6 nazioni **SCONSIGLIANO** l'uso dei telefonini ai bambini e di limitarne l'uso solo in condizioni di emergenza

- 5 -

## Regole di comportamento (3/3)

Tenere il telefonino sempre  
lontano dal corpo

- Quando si usa l'auricolare o l'altoparlante, tenere sempre il telefonino lontano dal corpo e non nelle tasche. Il corpo (tessuti molli) assorbono molte più radiazioni

Preferire gli SMS al parlare

- Per mandare/ricevere SMS il telefono emette molte meno radiazioni
- Mandando SMS si tiene il telefonino lontano dal corpo

Non usare il telefonino in  
caso di segnale molto  
debole

- Il telefonino emette molte più radiazioni quando ha poco segnale (poche "tacche"). Serve più potenza per arrivare alla antenna.
- Preferire fare le chiamate solo quando si ha un ottimo segnale

Evitare di schermare il  
telefonino

- Evitare sempre di schermare ("coprire") il telefonino con custodie od altro perchè questo costringe il telefonino a emettere un segnale più potente

- 6 -