

## Estate, dal bagno dopo i pasti alle cure per le punture di medusa: i “falsi” miti in spiaggia

di **Redazione**

26 Giugno 2012 - 8:48



Mai fare il bagno dopo aver mangiato. In caso di puntura di una medusa il rimedio migliore è la propria urina. Meglio stare attenti a mangiare i semi dell'anguria, il rischio è un'indigestione. Sono alcuni falsi miti che si rincorrono in spiaggia durante l'estate. Veicolati da vecchi consigli che fanno fatica a essere soppiantati dalla verità scientifica, per qualcuno continueranno a essere dei punti di riferimento da far rispettare anche ai figli.

A smascherare con prove scientifiche questi miti da spiaggia, sono i pediatri Rachel C. Vreeman e Aaron E. Carroll, dell'Indiana University School of Medicine. I due medici, dopo alcuni anni di ricerca, hanno pubblicato due libri su questo tema. Nella lista delle loro verifiche si trovano altre 'illusioni' molto popolari. Ad esempio, i capelli e le unghie continuano a crescere dopo il decesso della persona, rasare i capelli li aiuta a ricrescere, usiamo solo il 10% del nostro cervello o, infine, leggere di notte con una luce soffusa fa male alla vista.

“E' giusto che le persone si chiedano il 'perché' quando qualcuno afferma che non si deve fare qualcosa, anche se a farlo è un medico o un genitore - afferma Vreeman al

Washington Post - sono molti i finti avvertimenti diffusi tra i ragazzi che praticano il nuoto. Il nostro lavoro è stato quello di scavare in questi miti". Ecco, quindi, come i ricercatori smontano i falsi miti estivi: - Ingoiare i semi delle fette di anguria per anni non farà alcun male.

Secondo i ricercatori, "il nostro organismo invece di digerirli li ignora, ovvero i semini passano attraverso l'intestino senza nessun danno. Se qualcuno dovesse masticare e mangiare ogni seme l'unico pericolo - suggeriscono - sarebbe esagerare con grassi e calorie. Infatti i semi dell'anguria sono mangiati in molte parti del mondo, come la Nigeria e la Cina". - Utilizzare la propria urina su una puntura di medusa può peggiorare la situazione. "Questo perché a causarle sono i tentacoli dell'animale - chiariscono - che possono spingere milioni di cellule urticanti (nematocisti) a perforare la pelle e iniettare veleno. La prima linea di trattamento per tutte le specie di meduse è uscire dall'acqua e utilizzare sulla ferita un composto acido come l'aceto per disattivare le nematocisti e raschiarle via. L'urina ha un Ph diverso da quello dell'aceto e, come l'acqua, può agevolare le nematocisti a gonfiarsi e rilasciare più veleno".

Non fare il bagno per 30 minuti dopo aver mangiato. "E' falso - spiegano - e la cosa peggiore che può accadere è che ci si senta a disagio o si avverta un lieve crampo, ma non si annega. Inoltre non ci sono casi documentati di annegamento attribuito a un tuffo dopo il pasto. In generale - concludono - è consigliabile fare il bagno in una zona vicino alla spiaggia, in modo tale da poter uscire velocemente in caso di necessità".