

ARIA DI CASA MIA

Quello che non vediamo è spesso più insidioso di ciò che abbiamo sotto gli occhi



Il 90% della nostra vita scorre in ambienti chiusi : scuola, ufficio, palestra, automobile, treno, autobus, comunità, soprattutto in CASA, dove soggiornano maggiormente alcuni gruppi più suscettibili : bambini, anziani, persone con patologie croniche.

La qualità dell'aria che respiriamo all'interno delle nostre case (indoor) **“non è pulita”**, può essere **fino a 5 volte più inquinata rispetto all'aria esterna** esponendoci ad un prolungato contatto a sostanze tossiche pericolose per la nostra salute.

Il miglioramento dell'efficienza energetica e l'isolamento termico riducono il ricambio d'aria con l'esterno aumentando le concentrazioni di inquinanti indoor.

Ogni costruzione ha necessità di un buon approvvigionamento di aria fresca

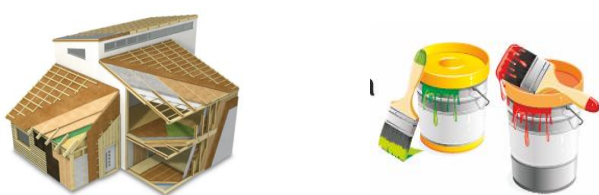
Principali fonti di contaminanti indoor

sostanze prodotte dall'edificio

mobili in truciolato, tappeti, stampanti, fotocopiatrici, computer



materiale da costruzione, pitture, vernici, colle



sostanze prodotte dalle abitudini degli abitanti

fumo di sigaretta, prodotti di pulizia della casa, igiene della persona e cosmetici



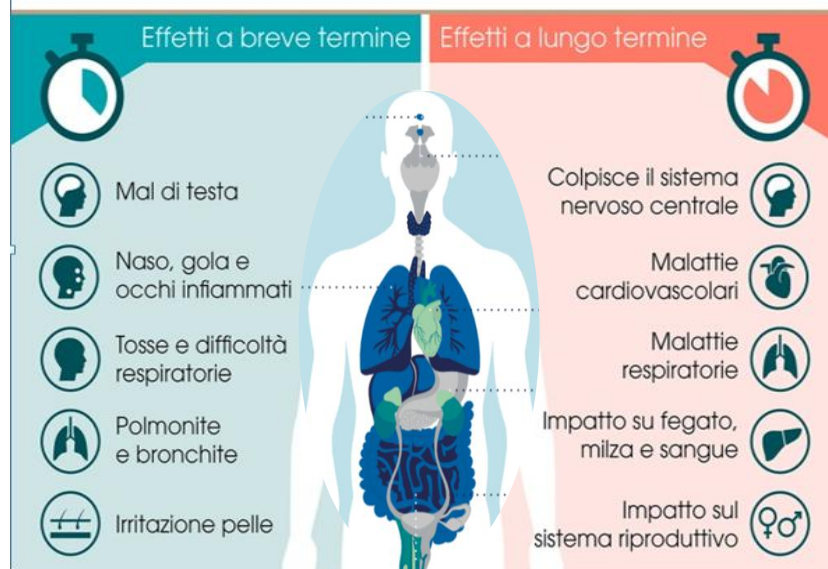
modalità di cottura dei cibi, impianti per riscaldamento e il combustibile,



condizionatori, candele, incensi, profumatori per ambienti, polvere di casa, pesticidi, erbicidi, contenitori per uso alimentare, giocattoli



EFFETTI SULLA SALUTE DELL'INQUINAMENTO INDOOR



Insonnia, emicrania, ansia, depressione

Aumento pressione arteriosa
infarto, ictus, trombosi, aritmie

Asma, bronchite cronica, tumore

Fegato grasso, infiammazione

Sterilità, tumori

Gli inquinanti possono essere :

CHIMICI :gas, vapori, fumi

BIOLOGICI :virus, batteri, acari, muffe, pollini, spore

FISICI :radon, campi elettromagnetici, rumore

Consigli pratici per migliorare la qualità dell'aria negli ambienti chiusi Istituto Superiore di Sanità

NON FUMARE IN CASA

NON MISCELARE PRODOTTI DI PULIZIA candeggina con anticalcare

NON ECCEDERE CON PRODOTTI DI PULIZIA CANDELE, DEODORANTI il pulito non ha odore

CAMBIA ARIA, APRI LE FINESTRE PIU'VOLTE

LEGGI LE ETICHETTE DEI PRODOTTI

CHIEDI INFORMAZIONI SULLE CAPACITA' EMISSIVE DEI PRODOTTI

Mobili nuovi in casa? Emettono inquinanti chimici per lungo tempo. Cambiare con maggior frequenza aria negli ambienti

Animali domestici? Rimuovere allergeni da polvere e peli su arredi e pavimenti con aspirapolvere poi con panno umido



Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri di Reggio Emilia



architettireggioemilia

Riferisci al tuo Medico se soffri di disturbi in concomitanza di situazioni o materiali sopra indicati