

I pericoli nella stanza da bagno

A parte le scosse elettriche o le cadute, dovute maggiormente all'acqua, esistono nei nostri bagni numerosi pericoli, visibili e non, sicuramente spesso impensabili per la maggior parte degli utenti

a cura di **Angela Soares**

- **Radon.** Se la fornitura dell'acqua proviene da una sorgente ricca di radon o se la zona di residenza è una zona «calda» ad alto contenuto di radon, è soprattutto nella stanza da bagno che si è esposti alla radioattività. L'acqua si riscalda e produce vapori o sottili spruzzi che liberano le particelle radioattive che poi sono respirate dall'uomo. Secondo uno studio recente condotto in Finlandia, la concentrazione di radon rilevata nei bagni supera di tre volte la presenza di radon nelle cucine e di 40 volte quella nei salotti. Praticamente, una doccia calda di sette minuti fa aumentare considerevolmente la percentuale di radon nell'aria e sono necessari poi 90 minuti per disperdere la sostanza radioattiva.

Bisogna tenere aerato il bagno durante e dopo l'uso ed installare un aspiratore collegato ad un dispositivo per il recupero del calore. Quest'ultimo dev'essere perfettamente bilanciato in modo da immettere aria fresca allo stesso ritmo con cui viene aspirata quella della stanza; nel caso contrario si rischia il diffondersi del radon nelle altre parti della casa.

- **La temperatura dell'acqua.** La temperatura varia da una cultura all'altra e da una persona all'altra, essendo ognuno di noi convinto che siano preferibili tuffi in acque gelide o al contrario bagni in sorgenti di acque calde.

Gli occidentali trovano il loro gradimento a 42°C mentre i giapponesi preferiscono una temperatura che si aggira intorno ai 43-49°C.

In Occidente, le temperature consigliate sono: acqua calda, 37-42°C; acqua tiepida, 33-36°C; acqua fredda, 15-20°C. Rimaniamo di solito nella fascia 30-37°C. Buon senso e moderazione dovrebbero prevalere in ogni ca-

so. Un bagno caldo troppo prolungato può provocare un abbassamento di pressione accompagnato da giramenti di testa, mentre il bagno tiepido può durare a lungo senza effetti collaterali. Le docce e i bagni freddi dovrebbero durare poco ed essere seguiti da energie strofinature. Vigè anche il metodo della filosofia taoista caldo-freddo-caldo-freddo che porta al corpo e alla mente l'equilibrio degli estremi.

- **L'elettricità.** L'acqua è un'eccellente conduttrice di elettricità e bisognerebbe conoscere le regole di sicurezza consone ai vari Paesi. Comunque sia, tutte le tubature dovrebbero essere collegate a terra.

In Gran Bretagna, l'unica presa di corrente ammessa è quella per il rasoio elettrico con trasformatore isolante incorporato. Tutti gli interruttori dovrebbero essere del tipo a cordone oppure essere situati fuori dalla stanza, e non si possono installare elettrodomestici come non sono

permessi impianti di superficie.

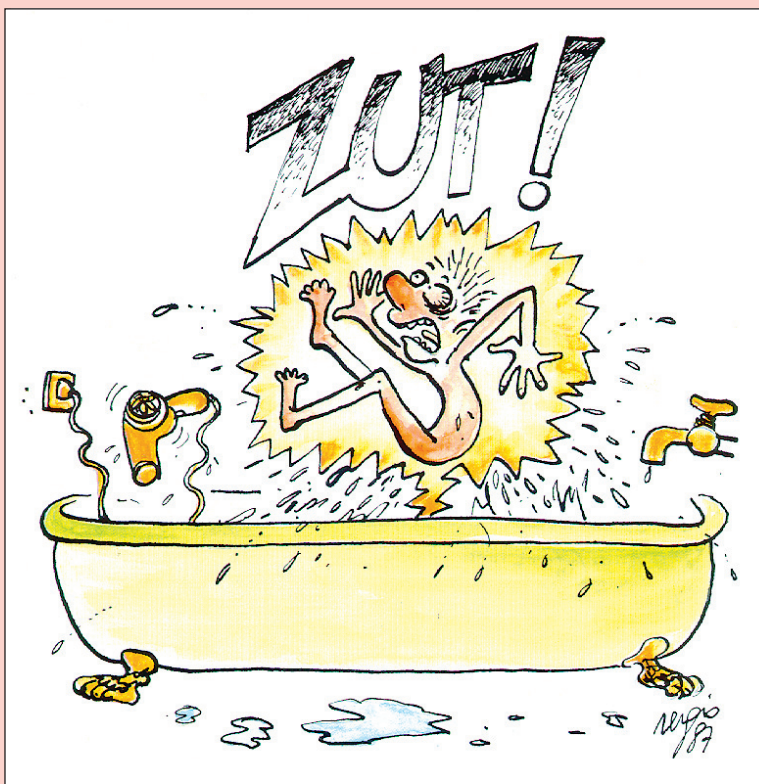
- **Umidità e microrganismi.** I bagni, se non adeguatamente aerati, accumulano umidità. La condensa favorisce cattivi odori e deterioramento e questi luoghi caldi ed umidi favoriscono il riprodursi dei batteri. Per evitare tale processo bisognerebbe usare materiali impermeabili intorno a docce, lavandini e vasche e sigillare tutte le fessure tra apparecchiature e muri.

Inoltre un soffitto poroso permette la dispersione dell'umidità. Il riscaldamento e una buona aerazione evitano la condensa mentre la luce del sole distrugge i batteri. Una pulizia accurata e regolare è molto importante e

sono da preferire soluzioni leggermente antisettiche non inquinanti.

- **Prodotti igienici.** In bagno si accumulano spesso medicinali pericolosi o scaduti, prodotti tossici e spray nocivi. Vale la pena sostituire tutti gli spray e i detersivi tossici con prodotti alternativi sani.

È preferibile usare saponi, creme, shampoo e cosmetici alle erbe o agli estratti vegetali e oltre a chiudere sotto chiave i medicinali pericolosi, sbarazzarsi dei medicinali scaduti consegnandoli ai centri di raccolta.



(Fonte: La Casa Ecologica Touring Club Italiano 1990)