



Primo Piano - Studio: ondate di caldo accelerano l'invecchiamento quanto fumo e alcol

Roma - 29 ago 2025 (Prima Notizia 24) Più aumentano le ondate di calore, più si aggiungono circa 0,023-0,031 anni all'orologio biologico, con possibili implicazioni per la salute.

Le ondate di caldo accelerano l'invecchiamento tanto quanto il fumo e l'alcol: a rivelarlo è uno studio a lungo termine secondo cui più aumentano le ondate di calore a cui ci si espone, più accelera l'invecchiamento corporeo. Nello specifico, per ogni 1,3 °C in più a cui i partecipanti venivano esposti, in media si aggiungevano circa 0,023-0,031 anni all'orologio biologico. Si tratta di un dato che, a livello di popolazione, può avere conseguenze importanti per la salute pubblica, dichiara Cui Guo, epidemiologo ambientale presso l'Università di Hong Kong, che ha coordinato lo studio. Pubblicato su *Nature Climate Change*, questo studio è stato condotto a Taiwan su 24.922 persone e dimostra che l'esposizione a ondate di caldo estremo velocizza l'invecchiamento, portando ad un aumento della vulnerabilità delle persone, dato che la loro età biologica (cioè l'età reale degli organi, spesso diversa da quella anagrafica delle persone) è aumentata. Esporsi al caldo estremo per lunghi periodi può far affaticare gli organi, con conseguenze anche mortali. Per esaminare gli impatti a lungo termine delle ondate di calore sull'invecchiamento, gli esperti hanno studiato i dati delle visite mediche effettuate tra il 2008 e il 2022. In quel periodo, a Taiwan sono state riscontrate 30 ondate di calore, cioè periodi di temperatura molto alta che durano diversi giorni. I ricercatori hanno usato i risultati di vari esami medici, incluse valutazioni della funzionalità epatica, polmonare e renale, della pressione sanguigna e dell'infiammazione, per poter calcolare l'età biologica dei partecipanti. In seguito, hanno confrontato l'età biologica con la temperatura cumulativa totale a cui i partecipanti, forse, erano stati esposti, in base al loro indirizzo di residenza, nei due anni prima che eseguissero la visita medica. Secondo i calcoli degli esperti, per ogni 1,3 °C in più a cui i partecipanti venivano esposti alle ondate di calore, si aggiungevano, in media, circa 0,023-0,031 anni al loro orologio biologico.

(Prima Notizia 24) Venerdì 29 Agosto 2025