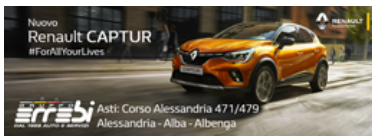
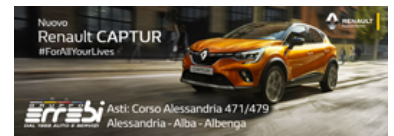


PRENOTA sul
nostro sito

NOI CI SIAMO

BANCA D'ALBA
CREDITO COOPERATIVOPRENOTA sul
nostro sito

la voce di
Alba.it
le parole che valgono, le notizie che restano



Prima Pagina Cronaca Politica **Attualità** Eventi Agricoltura Artigianato Al Direttore Economia Curiosità Scuola e corsi Solidarietà Sanità Viabilità Sport Tutte le notizie

Alba Bra Langhe Roero Santo Stefano Belbo Asti e provincia Regione Europa

🏠 / **ATTUALITÀ**

📱 Mobile Facebook Twitter RSS Direttore Archivio Meteo

CHE TEMPO FA



ADESSO
8.3°C



GIO 9
7.0°C
22.0°C



VEN 10
8.3°C
22.1°C

@Datameteo.com

Non perdere opportunità!

Attiva il tuo sito per la vendita online e consegna a domicilio

INFORMATI QUI



ATTUALITÀ | 15 marzo 2020, 18:17

Emergenza Coronavirus: mascherine anti-contagio, quanto sono efficaci?

252
Consiglia

La parola alla dottoressa braidese Laura Mondino, esperta di neuroscienze e comportamenti umani, che ci aiuta a fare chiarezza

Alba La voce di Alba
Ti piace 10.527 "Mi piace"

Piace a te e ad altri 14 amici

1. [1](#)
2. [2](#)
3. [3](#)
4. [4](#)
5. [5](#)

- [Previous](#)
- [Next](#)



RUBRICHE

Felici e veloci
Datameteo
Oroscopo
Quattrozampe
Il Punto di Beppe Gandolfo
La domenica con Fata Zucchina
Fashion
In&Out
Fotogallery
Videogallery

CERCA NEL WEB

 Cerca

ACCADEVA UN ANNO FA



Politica
Viabilità, commercio e problematiche di



Per le strade e nei supermercati è facile vederle. Sono le mascherine, diventate di uso comune dopo l'allarme Coronavirus. Tutti le vogliono, ma in realtà non tutti devono indossarle. Inoltre, funzionano davvero? Per fare un po' di chiarezza, lasciamo la parola alla dottoressa braidese Laura Mondino, esperta di neuroscienze e comportamenti umani: "Siamo portati a credere che indossare mascherina e guanti in lattice ci preservi da qualsiasi male, Coronavirus compreso. Non è così. Soprattutto se forti dei nostri guanti, continuiamo a sistemarci la mascherina sul volto, a toccarci i capelli, i soldi e tutto quello che viene a portata di mano. E magari riutilizziamo gli stessi presidi, senza cambiarli, per giorni".

Un'esperienza in materia che la dottoressa Mondino sente di dover condividere: "Studiare i comportamenti è parte del mio lavoro e non ho potuto non notare grandi contraddizioni. Porto l'esempio delle cassiere dei supermercati, non per puntare il dito, ma per dare indicazioni utili. Ho notato (e fatto loro presente) come le cassiere del supermercato disponessero sì della mascherina (alcune solo sulla bocca e non anche sul



1. [1](#)
2. [2](#)
3. [3](#)
4. [4](#)
5. [5](#)

- [Previous](#)
- [Next](#)



IN BREVE

mercoledì 08 aprile

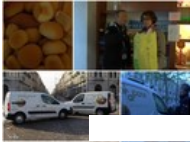
Incendi boschivi: in Piemonte pericolosità massima
(h. 07:19)



quartiere nell'agenda del candidato albesse Olindo Cervella



Agricoltura
Al Vinitaly di Verona la Cantina Terre del Barolo trova apprezzamenti e nuovi mercati



Solidarietà
Donare il pane a chi non ha da mangiare: 57 tonnellate di cibo raccolte dall'associazione Pane al Pane nel 2018 (VIDEO)

[Leggi tutte le notizie](#)

naso perché non facilitava loro la respirazione!), ma continuassero ad aggiustarsela, a sistemarsi gli occhiali, a grattarsi il mento, toccarsi la bocca mentre maneggiavano bancomat, soldi e prodotti”.

Bisogna stare in guardia anche da noi stessi, come ci spiega ancora: “Ognuno di noi, inconsapevolmente, si tocca il volto centinaia di volte al giorno. Per capire perché questa abitudine è così pericolosa in questo periodo, occorre tenere conto di come il virus si diffonde. Una persona infetta sale sugli ascensori, tocca maniglie, superfici, pulsanti, tossisce e starnutisce. Dove quella persona è passata, rimangono goccioline microscopiche contenenti il virus. Chi passerà dopo, in quella stessa zona, toccherà facilmente gli stessi pulsanti (pensiamo al pulsante per chiamare il verde pedonale al semaforo, per esempio), le stesse superfici, maniglie e via dicendo, contaminando le proprie mani con il virus con cui poi si strofinerà gli occhi, si toccherà il naso o la bocca, che diventano porte di ingresso per il Coronavirus”.

La dottoressa Mondino avverte, altresì, che “Questo accorgimento vale per tutti i virus e i batteri ma, in particolar modo, per il Covid-19, perché essendo nuovo, non trova barriere nella sua diffusione in quanto incontra una popolazione senza difese, non ancora vaccinata, esposta al contagio perché il sistema immunitario non ha mai dovuto contrastare questo tipo di infezione. Indossando i guanti, come per magia, ci sentiamo più protetti, più sicuri ma questa è pura illusione. Soprattutto se continuiamo a toccarci centinaia di volte al giorno bocca, naso, capelli e volto”.

Ora i chiarimenti si fanno pratici e degni di grande attenzione per capire meglio le dinamiche umane in relazione all'emergenza che stiamo vivendo: “Per spiegare come sia facile ingannare la nostra percezione, ricorrerò ad un'analogia. Avete presente il casco che mettiamo quando andiamo in moto? Indossare un casco, pur proteggendo, aumenta la propensione a correre rischi. Proprio così. Indossare una qualsiasi protezione (che sia un casco per andare in moto o sciare o una muta per fare immersioni, i guanti e la mascherina nel nostro caso), ci rende più temerari e ci fa percepire meno i pericoli. A dimostrarlo, fra i tanti, uno studio neuroscientifico condotto da due psicologi dell'università di Bath, in Inghilterra, dove i partecipanti sono stati divisi in due gruppi: il primo ha ricevuto un casco, il secondo un berretto da baseball. A tutti sono stati assegnati identici compiti da svolgere alla scrivania interagendo con il computer e alcuni dei quali richiedevano la disponibilità a correre rischi più alti.

I risultati non hanno lasciato dubbi: chi indossava il casco rischiava di più. So che può sembrare illogico indossare un casco quando si è davanti a un computer, eppure il casco genera in ognuno di noi un forte e inconscio senso di sicurezza. Così come indossare la cintura di sicurezza ci rende più aggressivi nel traffico rispetto a chi non la usa. Un po' è anche quello che succede in rete. Protetti fra le mura domestiche siamo più propensi a fare commenti anche pesanti che vis à vis non faremmo mai”.

Alcune caratteristiche cruciali: “Essendo molto più irrazionali di quanto pensiamo, cadiamo in trappole mentali, in errori decisionali noti come bias ed euristiche, che talvolta fanno male, più di quanto si pensi. Ogni giorno prendiamo un numero sorprendente di decisioni, intorno alle 15mila e se, per ognuna, dovessimo ragionare, vagliare pro e contro, attivare la nostra razionalità, finiremmo per fare pochissime scelte. Ecco



martedì 07 aprile

Fondazione CRC: Giandomenico Genta confermato presidente per il mandato 2020-2023
(h. 17:33)



Stagionali e voucher, il secco “no” dei sindacati: “Non si risponde all'emergenza con la precarietà dei contratti”
(h. 15:41)



Coronavirus, Cirio: “Regione donerà mascherine ai piemontesi, ma l'obbligo a indossarla è inopportuno”
(h. 14:13)



Ambiente e Coronavirus: la riduzione del traffico in Piemonte ha abbassato il valore di biossido di azoto
(h. 12:39)



Alba, dai negozi di vicinato sconto del 20% a chi esibirà il buono spesa del Comune
(h. 12:09)



#FavoleaCasa: al via la maratona favolistica di Fata Zucchina a favore dell'Ospedale Pediatrico Gaslini di Genova (Emergenza Covid 19)
(h. 11:00)



Fondazione Crc: scontata la riconferma di Giandomenico Genta alla presidenza
(h. 09:42)



Ancora nebbia fitta sulla Camera di Commercio
(h. 08:03)



lunedì 06 aprile

“Una foto per la vita”, l'iniziativa “anti-Coronavirus” dei fotografi italiani: già 4 adesioni dal Cuneese
(h. 20:15)



[Leggi le ultime di: Attualità](#)

POWER GENERATION

gemap²

ELGI

EN 15

Compressori

perché si mette in modo il pilota automatico, un sistema insito nel nostro cervello che ci consente di avere una percezione immediata di una situazione, risparmiandoci onerosi calcoli mentali. In questo modo 'andiamo più veloci', ma perdiamo in accuratezza e precisione e facciamo degli errori, le trappole mentali, i bias e le euristiche, appunto”.

Insomma, tanti i dettagli di cui tenere conto e salvare in memoria: “Per stare sul concreto, se attivissimo la nostra razionalità nel ‘controllare’ i nostri gesti in fatto di mascherine e guanti, o dove portiamo le mani ogni volta che le muoviamo, dovremmo tenere forte la concentrazione su ciò che tocchiamo, sfioriamo e non, e se mai riuscissimo ad arrivare a sera, saremmo stravolti, stanchissimi e profondamente annoiati. E non riusciremmo a fare niente altro. Ecco che il nostro cervello, per risparmiare energia (glucosio, zucchero letteralmente), delega al pilota automatico quelle attività considerate poco interessanti e poco complesse. Ed ecco che il danno è fatto. Per fortuna, quando ci troviamo di fronte a una decisione, tutti sbagliamo e tutti sbagliamo nello stesso modo, e questo ci permette di mettere in atto delle azioni di contenimento alla nostra irrazionalità, anche per quanto riguarda il Coronavirus”.

Sembra banale, ma molte persone si mettono la mascherina in modo sbagliato rendendola inutile e la dottoressa Mondino ci mette in guardia: “Ricordiamoci che mascherine e guanti andrebbero indossati per proteggere gli altri da noi, ma se proprio li vogliamo usare come presidi per tutelare la nostra sicurezza, non dimentichiamoci che si ci proteggono, ma solo se li cambiamo con regolarità e ogni volta che entriamo in contatto con una minaccia (virus e germi in questo caso).

Toccare i soldi, i bancomat, ogni tipo di superficie e poi con gli stessi guanti sistemarsi la mascherina, gli occhiali, toccarsi bocca, capelli e via dicendo non protegge, anzi ci espone al pericolo, a un maggior rischio di contrarre il virus. Un consiglio, quando sentiamo il bisogno di toccarci il volto, aggiustarci gli occhiali o strofinarci il naso, prendiamo un fazzoletto monouso di carta e utilizziamolo al posto delle dita e poi buttiamolo subito dopo, anche e a maggior ragione se indossiamo i presidi di protezione”.

Il consiglio in materia di mascherine, dunque, è uno solo: “Non sentitevi più sicuri. Osservatevi con attenzione, vi potreste accorgere di quanto invece guanti e mascherina (se li indossate senza che sia necessario), vi stiano invece esponendo a un maggior rischio di contagio. Anziché rendervi più forti, questi presidi se mal usati, potrebbero trasformarvi in Don Chisciotte, l'eroe dei romanzi di Cervantes che per difendere i deboli e riparare i torti, si mette a girare per la Spagna e, nella sua visionaria ostinazione, modifica così tanto la realtà da scambiare mulini a vento per giganti dalle braccia rotanti, burattini per demoni, greggi di pecore per eserciti di nemici arabi”.

Non resta che rispettare le misure indicate dall'OMS e dal Ministero della Salute, come ci ricorda la dottoressa Mondino : “Restiamo a casa; laviamoci spesso le mani; evitiamo abbracci e strette di mano; manteniamo, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno un metro; starnutiamo e/o tossiamo in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie; non tocchiamoci occhi, naso e bocca con le mani; usiamo la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate”.

Aggiungendo: “Ricordiamo di quanto siamo irrazionali, e quanto questa irrazionalità ci porta fuori strada, anche quando si tratta della nostra salute! Spero queste mie parole possano essere di aiuto”.

Infine, chiunque presentasse sintomi come febbre, tosse, difficoltà a respirare è invitato a rivolgersi immediatamente ad un medico, raccontando i propri spostamenti.






Mascherine filtra

Consegna veloce 24 ore

Mascherine riutilizzabili, lavabili
temperature

claudiomariani.it

APRI

Ti potrebbero interessare anche:

ModemTIM, TIMVISION...
Attiva ora

Solo online Fibra a...
Esclusiva Vodafone



"Una foto per la vita"...
Prenotazione online di servizi
fotografici, il cui intero
ricavato sarà devoluto a...

Un'esperta linguistica...
Babbel

I mercati stanno...
Fisher Investments Italia



Legambiente si appella...
Giorgio Prino: "In un momento
di emergenza sanitaria non è
ragionevole..."

TIM FIBRA a 24,90€/mese con...
Attiva ora

"NeuroEconomia in Azione (eBook)"
Il Giardino dei Libri



Primo guarito e solidarietà a Santo...
Il vicesindaco Capra aggiorna sull'avanzata
dell'infezione in paese, mentre il Gruppo
Alpini lancia una sottoscrizione per...



#FavoleaCasa: al via la maratona...
La donazione della settimana di #FavoleaCasa
a favore del progetto "Emergenza Covid 19"
dell'Ospedale Pediatrico "GASLINI" di...

TOUCH Sleeve Dispenser
Nespresso IT



La piattaforma digitale dedicata ai...
BeProf - Confprofessioni



Ancora nebbia fitta sulla Camera di...
L'ente camerale sarà chiamato a svolgere un ruolo propulsivo quando si riapriranno le attività produttive, ma dopo sei mesi non si...



Incidente mortale a Monteu Roero
Auto fuori strada, deceduto un uomo di 69 anni

Guarda Subito Il Trono Di Spade!...
NOW TV



Silenzio selviculturale: Paolo...
Il consigliere si è attivato a sostegno degli operatori del sistema forestale, per permettere loro di operare in condizioni di...

Cube
Nespresso IT



Alba, un branco di caprioli a spasso...
Nella capitale delle Langhe la natura si riprende i suoi spazi. Ma questa volta non è un pesce d'aprile

TI SUGGERIAMO ANCHE:



Arrivederci Verduno: gli applausi dei colleghi ai due primari sollevati



Incidente mortale a Monteu Roero
Auto fuori strada, deceduto un uomo di 69 anni



Pizza: 0 sensi di colpa
La nuova Pizza Proteica con pochi carboidrati e tante fibre.



Esclusiva Vodafone
Passa a Fibra a 27,90€ tutto incluso! 2 mesi in regalo.



L'emergenza ai "Glicini", dal Comune di Bra appello all'Unità di Crisi: "L'Esercito"



Acqua di mare isotonica
I lavaggi nasali aiutano a prevenire raffreddore e allergie

by

