

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Ozono in aumento: “Tutti a casa nelle ore più calde”

Gea Somazzi · Thursday, August 3rd, 2017

Con il caldo intenso risulta scadente l'indice di qualità dell'aria. **A lanciare l'allarme è Arpa  Lombardia** che ha invitato tutti coloro che abitano nelle città più a rischio, come Legnano, a porre attenzione e non uscire fuori casa nelle ore più calde.

Con le temperature torride degli ultimi giorni, è salito in Lombardia anche il livello dell'ozono che in molti casi ha superato la soglia di allerta e in alcuni (come in provincia di Varese, e in alcune zone delle province di Monza, Como, Lecco e Milano) anche la soglia di allarme, ovvero i 240 microgrammi per metro cubo di media giornaliera. E Legnano è vicina ad entrare nella black list.

 Infatti, dalle analisi pubblicate sul sito **Arpa (com'è visibile negli schemi) emerge che in città sia stata superato abbondantemente la soglia massima di ozono con una media mobile di 190 microgrammi al metrocubo** (valore massimo è 120) e una massima giornaliera di 217 microgrammi al metrocubo. Situazione analoga nella vicina Busto Arsizio che presenta un valore leggermente più basso (212 microgrammi al metrocubo al giorno). Altrettanto scadente la qualità dell'aria ad Arese (212 microgrammi al metrocubo al giorno). Risulta, invece, mediocre la qualità dell'aria a Rho con una media mobile di 176 microgrammi al metrocubo.

A fronte di questa situazione Arpa invita a limitare le attività all'aperto nelle ore più calde, cioè dalle 10 alle 16, e a fare una dieta ricca di antiossidanti (che diminuiscono la sensibilità all'ozono) come la vitamina C o la vitamina E e il selenio che si trovano in pomodori, peperoni, patate, cavoli, ma anche uova, mandorle, tonno, verdure a foglia, olio di oliva, pollo, cipolle e cereali integrali.

This entry was posted on Thursday, August 3rd, 2017 at 5:40 pm and is filed under [Alto Milanese](#), [Legnano](#), [Salute](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.