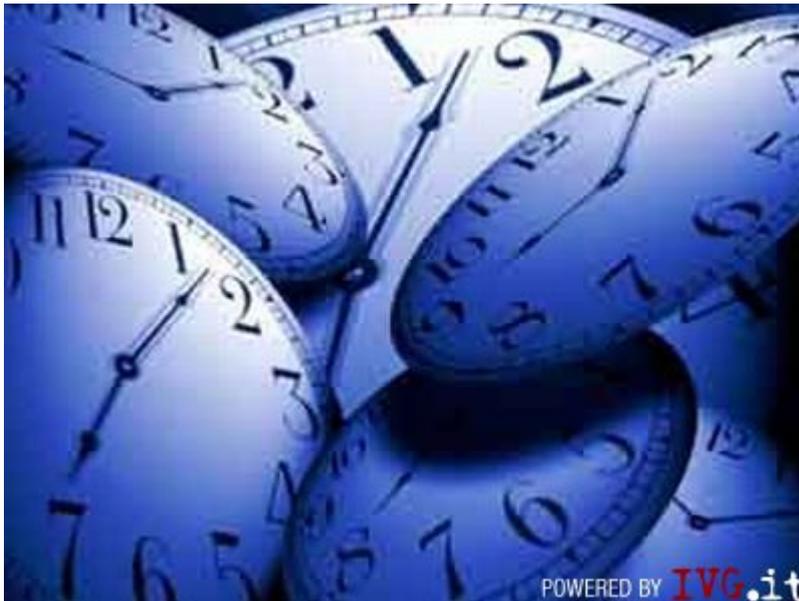


IVG

Torna l'ora solare, le lancette vanno indietro dalle 3 alle 2

di **Redazione**

23 Ottobre 2015 - 20:00



Savona. Torna l'ora solare. Nella notte tra sabato 24 e domenica 25 ottobre le lancette dovranno essere spostate dalle 3 alle 2 e quindi si dormirà un'ora in più.

In particolare, si recupereranno i 60 minuti "persi" nella notte tra il 28 e il 29 marzo scorsi, quando entrò in vigore l'ora legale.

Ma il Codacons propone di eliminare l'ora solare e far valere quella legale tutto l'anno. "Secondo alcuni studiosi americani - spiega l'associazione - lo sfasamento di un'ora determina, in un bambino su due, disturbi del sonno. E risintonizzare i ritmi biologici provoca un disagio per l'organismo, anche negli individui adulti".

In base ad una ricerca effettuata dal Codacons, l'iniziativa sarebbe condivisa dall'80% degli italiani, stupefatti dai continui cambi tra ora solare e ora legale. In tal modo si avrebbe il vantaggio di recuperare l'ora di luce anche in inverno, "senza subire però il costo economico e il disagio legato all'aggiustamento dell'orario: aggiornamenti sistemi informatici, orari dei treni, termostati temporizzati, dvd, agende elettroniche, radiosveglie, orologi nelle auto, problemi nelle transazioni finanziarie".

Inoltre nel risparmio "vanno conteggiati tutti i costi relativi ai problemi di insonnia e sonnolenza - prosegue la Codacons - che incidono pesantemente sulla produttività nella prima settimana lavorativa successiva al cambio". "Ricordiamo - conclude il Codacons - che in farmacia, a seguito del cambio ora solare/ora legale, si impennano anche le vendite di prodotti contro il jetlag".

