

## CLIMA



Le montagne di rifiuti raccolti su un ghiacciaio dell'Himalaya

## ANCHE IL TETTO DEL MONDO È INQUINATO

**La nube marrone** che sovrasta l'Asia si estende fino all'Himalaya. Gli abitanti di alcune zone, ora prive d'acqua, si dichiarano rifugiati ambientali

**PIETRO GRECO**

GIORNALISTA E SCRITTORE  
pietrogreco011@gmail.com

**A**nche il «tetto del mondo» si sta sporcando. Il progetto Share ha verificato che sull'Himalaya, il «tetto del mondo», appunto ci sono stati ben 165 giorni di inquinamento acuto nel periodo compreso tra il mese di marzo 2006 e il mese di dicembre 2010. In queste giornate, pari al 9% del totale, si è verificato un aumento della concentrazione dell'ozono troposferico del 29% e, soprattutto, un aumento del «carbon black», le piccole particelle solide di fuliggine, del

352%. L'inquinamento si verifica soprattutto in primavera, durante la stagione pre-monsoonica.

I dati sull'inquinamento dell'Himalaya sono stati raccolti dal Progetto Share, promosso da Ev-k2-cnr e coordinato da Paolo Bonasoni, dell'Istituto di Scienze dell'Atmosfera e del Clima del Cnr, presso la stazione «Nepal Climate Observatory - Pyramid», posta a 5.079 m di quota in Nepal, alle pendici del Monte Everest e presentati ieri a Durban, in Sud Africa, da Paolo Cristofanelli nel corso della «Giornata della montagna» organizzata nell'ambito della manifestazioni collaterali di Cop 17, la Conferenza della Parti che hanno sottoscritto la convenzione sui cambiamenti climatici.

I dati raccolti dai ricercatori del

Consiglio Nazionale delle Ricerche dimostrano che la «nube marrone» che sovrasta l'Asia nella stagione invernale, prima che giungano i monsoni a disperderla, si estende dalle coste fino sulle vette dell'Himalaya, contribuendo al rapido cambiamento delle condizioni climatiche di quello che è chiamato anche il «terzo polo».

### IL VERDETTO DEI SATELLITI

L'Himalaya, infatti, con i suoi 1.000 km<sup>2</sup> di ghiacciai è, dopo l'Antartide e l'Artide, il luogo del pianeta che ospita il volume maggiore di acqua allo stato solido. I ghiacciai himalayani costituiscono la fonte di acqua dolce per oltre 100 milioni di persone che abitano in dodici diversi Paesi. Ma si tratta di una fonte a rischio, proprio perché soggetta a rapidi cambiamenti. Lo dicono i satelliti, che hanno registrato dall'alto una diminuzione dell'area coperta da nevi e ghiacci. Lo hanno confermato i dati raccolti di recente dal climatologo Qin Jun. Dopo sei anni di studio il ricercatore del Servizio meteorologico cinese ha verificato sul campo che la temperatura media sull'Himalaya sta aumentando al ritmo di 1 °C per decade a un'altezza compresa tra 1.000 e 3.000 metri e, addirittura, di 2 °C per decade a un'altezza compresa tra 3.000 e 5.000 metri. A quote superiori l'aumento della temperatura rallenta, ma non si arresta. Altri indicatori, come la velocità e la direzione del vento nella stagione estiva, indicano che è in corso un processo di rapido scioglimento dei ghiacci. In maniera più aneddotica il cambiamento delle condizioni climatiche sull'Himalaya è stato documentato da Fabrizio Ardito con un video promosso da Ev-k2-cnr e trasmesso a Durban.

Con le sue immagini Ardito racconta come, da alcuni anni, molte popolazioni che vivono nei villaggi ad alta quota nel Mustang, una regione himalayana del Nepal, sono stati costretti ad abbandonare i loro campi perché le sorgenti d'acqua si sono inaridite. La diminuzione dell'acqua in alcune zone tocca picchi dell'80%. Di conseguenza anche l'allevamento è in difficoltà, perché i pascoli sono diventati più aridi e non riescono più ad alimentare le grandi mandrie di yak. Gli abitanti di questi villaggi, documenta ancora Ardito, hanno chiesto alle autorità locali e al governo di Kathmandu di essere riconosciuti come «rifugiati ambientali». Gli indizi, dunque, sono univoci. L'inquinamento e il riscaldamento globale si avvertono anche sul «tetto del mondo». Il che costituisce anche un avvertimento per il resto del mondo: i cambiamenti climatici non sono uno scherzo. ●

## Pesce arrosto contro l'Alzheimer

■ Mangiare almeno una volta alla settimana pesce al forno o alla griglia può migliorare la salute del cervello e ridurre il rischio di deterioramento cognitivo lieve e malattia di Alzheimer. La notizia arriva dal convegno annuale della Radiological Society of North America di Chicago, durante cui Cyrus Raji dell'Università di Pittsburgh (Usa) ha presentato i risultati di uno studio che ha coinvolto 260 individui senza problemi cognitivi il cui consumo di pesce è stato determinato attraverso un questionario. Dieci anni dopo ogni partecipante è stato sottoposto a risonanza magnetica nucleare. Ne è emerso che il pesce ha un effetto positivo in diverse aree cerebrali: ciò determina una riduzione di circa 5 volte del rischio di sviluppare nei cinque anni successivi deterioramento cognitivo lieve o Alzheimer. Raji ha spiegato che «consumare pesce al forno o alla griglia rende i neuroni della materia cerebrale grigia più in salute». Il pesce fritto, invece, non sortisce lo stesso effetto. ●

## Più proteine per la salute delle ossa

■ La ricetta per una buona salute delle ossa è più proteine e meno carboidrati. Una nuova ricerca, pubblicata sul Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism, ha evidenziato che una dieta ipocalorica con un più alto contenuto di proteine - per lo più latticini - unita all'esercizio quotidiano, ha un impatto significativo sulla salute delle ossa nelle donne giovani in sovrappeso e in quelle obese. Lo studio è stato condotto per 16 settimane su tre gruppi di donne obese e in sovrappeso, ma senza altre patologie e in premenopausa, combinando un'alimentazione a base di latticini e un esercizio fisico aerobico abbinato a due cicli di sollevamento pesi. «I nostri risultati dimostrano l'importanza della composizione della dieta per mantenere la salute delle ossa ed evitare danni durante la perdita di peso - ha spiegato Andrea Josse, del Dipartimento di Kinesiology della McMaster University - grazie all'assunzione di proteine da latticini». ●