Il bello e il brutto del nuoto: come evitare le infezioni in piscina

Data: 10 dicembre 2017 | Autore: Redazione



Non solo scuola: con l'arrivo dell'autunno, ricominciano anche gli sport pomeridiani. Ogni genitore, infatti, sa quanto sia importante il movimento fisico per il benessere dei propri figli. Ed ecco che il nuoto diventa spesso la prima scelta: fa bene a muscoli e cuore, non grava sulle articolazioni, aiuta la postura e sviluppa molto bene le spalle. Ma anche la rosa più bella, sotto sotto, nasconde le sue spine: se da un lato il nuoto fa bene (anzi, benissimo), dall'altro la piscina è una autentica coltura di funghi e batteri. Dunque, la regola per i genitori è: attenzione all'igiene dei bimbi e alle contaminazioni. [MORE]

Infezioni da piscina: quali sono e come combatterle?

Le piscine, d'estate come d'inverno, sono luoghi particolarmente umidi e frequentati: due condizioni che non vanno a braccetto con la salute. Questo perché l'umidità crea l'habitat ideale per i funghi, esponendo dunque al contagio certe zone del corpo: non a caso, spesso i funghi attaccano le pieghe, perché è proprio qui che sale il tasso di umidità. Ma quali sono le infezioni fungine più frequenti? Sono sostanzialmente di due tipi: la micosi inguinale, e la micosi interdigitale. La prima colpisce le pieghe nelle zone intime, mentre la seconda – nota anche come "piede d'atleta" – colpisce le intersezioni delle dita dei piedi. Come curarle? Nel caso del piede d'atleta si consiglia l'utilizzo di una pomata per funghi a base di tioconazolo, che evita l'attecchimento dei parassiti. Inoltre il trattamento anti micosi è indicato anche per la intertrigine micotica inguinale.

Quali sono le altre infezioni per chi pratica il nuoto?

I funghi, che possono appartenere a famiglie diverse, possono anche attecchire in altre zone del corpo: come ad esempio le lamine ungueali, oppure la pelle o il cuoio capelluto. Nel primo caso si parla di onicomicosi o micosi ungueale, e può essere trattata con smalti specifici. La pelle, invece, può essere soggetta a più di una tipologia di infezione micotica: come la pitiriasi versicolor (a causa

della Malassezia), che si sviluppa soprattutto nei giovani adolescenti. Ma anche le verruche da Papilloma virus.

Piscina e congiuntivite: alcune cose da sapere

Anche la congiuntivite è un'infezione da monitorare attentamente quando si frequentano le piscine. Essendo molto frequentate, non di rado è proprio questa una delle malattie più presenti. Ma come evitarla? L'uso degli occhialini è il modo più efficace per mettersi al riparo dalle congiuntiviti: siano esse frutto di una infezione, o di una reazione infiammatoria al cloro. Da evitare, invece, le lentine: queste possono infatti causare o peggiorare la congiuntivite. Il sistema più idoneo è indossarle, senza però metterle a contatto diretto con acqua e cloro: dunque utilizzare anche in questo caso un paio di occhialini. Infine, mai nuotare se si ha un principio di congiuntivite.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/il-bello-e-il-brutto-del-nuoto-come-evitare-le-infezioni-in-piscina/102020