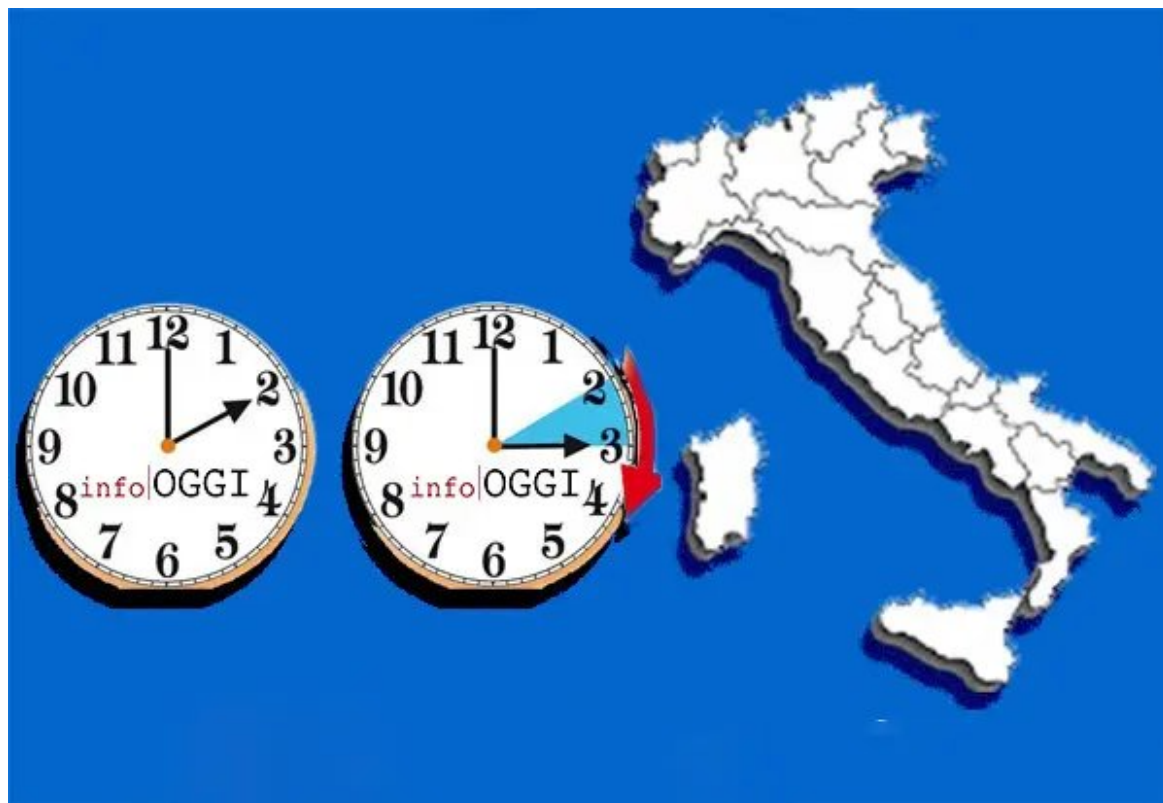


Ora legale 2023: sta per tornare, ecco cosa ha deciso l'Italia sull'abolizione i dettagli

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Ora legale 2023: sta per tornare, ecco cosa ha deciso l'Italia sull'abolizione. Il passaggio all'ora legale, un evento annuale atteso con ansia da molti italiani, è ormai alle porte. Il cambio dell'ora, in vigore in Italia dal dopoguerra, si effettuerà tra sabato 25 e domenica 26 marzo 2023, quando alle 2 di notte si passerà automaticamente alle 3. Come di consueto, ci perderemo un'ora di sonno ma guadagneremo un'ora di luce solare nella giornata successiva.

Molti sono i benefici che derivano dal cambio dell'ora, tra cui un maggiore risparmio energetico e una maggiore efficienza delle attività quotidiane. Infatti, grazie al passaggio all'ora legale, le ore di luce coincidono con le ore di attività della maggior parte della popolazione, con un conseguente risparmio sull'utilizzo delle fonti di energia non rinnovabile. Secondo uno studio del Ministero dello Sviluppo Economico, l'adozione dell'ora legale ha permesso di risparmiare circa 5 TWh di energia elettrica in Italia nel 2020, riducendo le emissioni di CO2 nell'atmosfera.

Tuttavia, negli ultimi anni si è discusso molto sulla possibile abolizione del cambio dell'ora in Italia. In particolare, alcuni paesi del Nord Europa hanno avanzato questa proposta in considerazione del fatto che, a causa della loro posizione geografica, non traggono particolari benefici dal passaggio all'ora legale durante i mesi estivi. Tuttavia, come sottolineato dall'Istat, il cambio dell'ora conviene maggiormente ai paesi del Mediterraneo, dove l'utilizzo delle ore di luce coincide con le attività lavorative e non lavorative della popolazione.

In ogni caso, l'abolizione del cambio dell'ora in Italia sembra al momento improbabile, e il passaggio all'ora legale continuerà a essere effettuato negli anni a venire. E nonostante la perdita di un'ora di sonno possa sembrare un piccolo prezzo da pagare, è importante considerare che il sonno è un fattore fondamentale per la salute e il benessere psicofisico dell'individuo. Secondo un'indagine condotta dall'Istituto Superiore di Sanità, in Italia circa il 40% della popolazione soffre di disturbi del sonno, il che può avere conseguenze negative sulla salute a lungo termine.

In definitiva, il passaggio all'ora legale rappresenta un evento annuale importante per l'Italia e per molti altri paesi del mondo. Sebbene siano state avanzate diverse proposte per la sua abolizione, al momento sembra che il cambio dell'ora continuerà a essere effettuato anche nei prossimi anni, portando con sé i suoi benefici sul piano energetico ed economico. Tuttavia, è importante ricordare l'importanza del sonno per la salute e il benessere, e cercare di gestire al meglio il cambio dell'ora per minimizzare eventuali disturbi del sonno e favorire il proprio equilibrio psicofisico.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/ora-legale-2023-sta-tornare-ecco-cosa-ha-deciso-litalia-sullabolizione/132594>

