

La battaglia contro gli acari si vince al mattino: basta non rifare il letto!

Autore: Redazione

Data: 07 Agosto 2024



La prima cosa che molte di noi fanno al mattino è rifare il letto. Un gesto semplice e veloce che dà subito un senso di ordine alla stanza. Ma cosa succederebbe se ti dicessimo che questa abitudine apparentemente innocua ha un lato oscuro?

Nel 2005, ricercatori britannici della **Kensington University** hanno scoperto che gli **acari della polvere**, responsabili di allergie e asma, prosperano proprio tra le lenzuola dei letti ben fatti.

Un esercito di 1,5 milioni di acari nel tuo letto

Questi minuscoli aracnidi sono noti invasori delle nostre case, e amano particolarmente vivere nella nostra [biancheria da letto](#). Si nutrono della nostra pelle morta e, secondo una recente stima, in ogni letto ce ne sono circa 1,5 milioni! Il motivo per cui il letto è così popolare tra queste

bestioline è il calore e l'umidità che emettiamo durante la notte.

Un numero impressionante, vero? Ma non farti prendere dal panico: questi esserini sono relativamente innocui. L'unico problema è che rilasciano sostanze che possono causare **reazioni allergiche** in alcune persone, come tosse, starnuti, prurito agli occhi, naso che cola e asma.

Come liberarsi degli acari della polvere? Il segreto è... non rifare il letto!

Lo scienziato **Stephen Pretlove** ha spiegato:

“Sappiamo che gli acari possono sopravvivere solo assorbendo acqua dall'atmosfera attraverso piccole ghiandole sulla superficie del loro corpo”.

Attraverso simulazioni al computer, gli scienziati sono giunti a una conclusione sorprendente. Pretlove ha aggiunto:

“Qualcosa di semplice come lasciare il letto sfatto durante il giorno può rimuovere l'umidità dalle lenzuola e dal materasso, facendo disidratate e morire gli acari”.

Quindi, care amiche, la prossima volta che vi alzate dal letto, resistete alla tentazione di rifarlo subito. Lasciatelo sfatto per qualche ora, così da dare agli acari una bella lezione!

Fonte: [OhMyMag](#).

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/lifestyle/battaglia-contro-acari-rifare-letto/>

Generato il 23/04/2025