

## Lavorare di notte favorisce il tumore

Scritto da Rossana Magli

Martedì 04 Dicembre 2007 13:58 -

---

Secondo l'ultimo rapporto della IARC - International Agency for Research on Cancer (Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro) - lavorare di notte non solo sarebbe stancante, ma aumenterebbe anche il rischio di tumori. La IARC ha sede a Lione e il rapporto è stato stilato analizzando i dati raccolti da oltre quaranta scienziati provenienti da dieci Paesi diversi. Questi hanno studiato le principali ricerche condotte finora sul rapporto tra ritmo circadiano - il ciclo di ventiquattro ore dei processi fisiologici degli esseri viventi - e incidenza del tumore, sia rispetto all'uomo che agli animali. Le conclusioni sono state pubblicate sul numero di dicembre della rivista *Lancet Oncology*. L'effetto cancerogeno, o comunque negativo, delle mansioni lavorative notturne potrebbe, quindi, avere a che fare con la risposta dell'organismo alla luce. E la chiave di tutto starebbe nella ghiandola pineale del cervello. È questa che, grazie all'alternanza ritmata dell'esposizione luce-buio, produce l'ormone melatonina, fondamentale antiossidante dell'organismo e protettore del Dna dal sorgere di tumori. Chi lavora di notte, alterando il bioritmo luce-buio, impedirebbe dunque al cervello di produrre questo ormone nel modo giusto e dunque si ammalerebbe più facilmente. Un altro fattore determinante sembrerebbe inoltre essere la mancanza di sonno. Dormire poco e male, addormentarsi quando il sole sorge e svegliarsi quando tramonta indebolirebbe le difese immunitarie e renderebbe il fisico più vulnerabile rispetto a fenomeni cancerogeni. «Non comprendiamo ancora del tutto - spiega Conegliano - cosa esattamente del lavoro notturno causi il cancro, ma sarebbe opportuno che la sanità pubblica delle diverse nazioni prendesse in esame il problema e pensasse ad opportune soluzioni».

Rossana Magli - DEApres