

# Addio ora legale: è il momento dell'ora solare

Data: Invalid Date | Autore: Gabriella Gliozzi



**ROMA** –Stanotte alle 3.00 le lancette sono tornate indietro: è arrivata l'ora solare. Questo significa che ognuno di noi potrà avere a disposizione un'ora in più nella giornata, per dormire o svolgere qualsiasi attività preferita. Ovviamente la maggior parte degli italiani avrà semplicemente modificato le impostazioni della sveglia per dormire di più, ma molti, essendo domenica, non ci faranno neanche caso. [MORE]

L'ora legale ha finito il suo tempo ed è un vero peccato. Già, perché essa, recuperando un'ora in più di luce a fine giornata, permette un risparmio di energia pari a 643 milioni di kilowattora, in termini pratici sarebbero ben 93 milioni di euro in meno.

Ma gli effetti benefici dell'ora legale ci sono anche dal punto di vista della salute: infatti riportare gli orologi di un'ora indietro fa male alla salute e aumenta l'inquinamento. Lo dichiarano alcuni scienziati che spiegano anche che porre fine al cambio dell'ora nelle aree dell'estremo nord del pianeta comporterebbe significativi benefici alla salute dell'uomo e dell'ambiente.

C'è anche un terzo effetto negativo nel ritorno all'ora solare: con essa si accompagnano un quantitativo non indifferente di depressioni 'stagionali'. Gli psichiatri rassicurano però che in una settimana questi disturbi dovrebbero svanire.

Probabilmente prima o poi questi cambiamenti d'orario verranno aboliti, nel frattempo noi auguriamo un buon sonno a tutti.

