

https://farid.ps/articles/radiation_unjustly_demonized/it.html

La Radiazione Ingiustamente Demonizzata: Perché il Modello Lineare Senza Soglia Dovrebbe Essere Abbandonato

La radiazione ionizzante è spesso dipinta come una minaccia invisibile, plasmata da eventi storici drammatici come Hiroshima, Chernobyl e Fukushima. Questa paura è rafforzata dal **modello Lineare Senza Soglia (LNT)**, che presume che qualsiasi dose di radiazione, per quanto piccola, aumenti proporzionalmente il rischio di cancro. Questo modello guida le politiche normative in tutto il mondo, imponendo limiti di esposizione rigidi e generando un diffuso timore pubblico.

Tuttavia, crescenti evidenze scientifiche suggeriscono che il modello LNT non sia solo eccessivamente semplicistico, ma scientificamente errato. I sistemi biologici possiedono robuste difese contro le radiazioni a basse dosi, e in molti casi tale esposizione potrebbe persino essere benefica. Dalle regioni naturali ad alta radiazione alle applicazioni mediche storiche e agli studi di laboratorio controllati, la realtà è chiara: la radiazione è stata ingiustamente demonizzata, e il modello LNT dovrebbe essere abbandonato in favore di un modello che rifletta i meccanismi di riparazione biologica e le risposte adattative.

Difetti del Modello LNT

Il modello LNT ha origine dai dati sui sopravvissuti a esposizioni ad alte dosi, principalmente vittime delle bombe atomiche, dove il rischio di cancro aumentava a dosi ben superiori a 1.000 mSv. Il modello estrapola linearmente questi effetti da alte dosi fino a dosi prossime allo zero, assumendo che non esista una soglia sotto la quale la radiazione sia innocua. Secondo questa logica, persino stare vicino a un piano di lavoro in granito o sottoperso a una singola radiografia comporta un rischio.

Tuttavia, questa ipotesi crolla sotto esame. **Dosi inferiori a 100 mSv**, specialmente se distribuite nel tempo, mostrano poco o nessun danno misurabile negli studi. Il modello LNT non tiene conto della **natura non lineare dei sistemi biologici**, inclusi sofisticati meccanismi di riparazione del DNA, evoluti per gestire i danni quotidiani da radiazioni di fondo naturali e stress ossidativo.

La radiazione di fondo naturale varia significativamente in tutto il mondo. In aree ad alta radiazione come **Ramsar, Iran (300–30.000 nSv/h)**, **Guarapari, Brasile (800–90.000 nSv/h)** e **Kerala, India (446–3.000 nSv/h)**, le persone vivono tutta la loro vita con tassi di dose molte volte superiori alla media globale di **270 nSv/h**, eppure **non si osserva un aumento costante dei tassi di cancro**. Questo mina l'idea che ogni radiazione sia pericolosa e suggerisce che l'esposizione a basse dosi potrebbe essere neutrale o persino benefica.

Ormesi da Radiazione: Una Prospettiva Migliore

L'ipotesi dell'ormesi propone che **basse dosi di radiazione ionizzante (tipicamente inferiori a 100 mSv totali, o nell'intervallo di 10–100.000 nSv/h)** possano innescare risposte biologiche adattative che rendono le cellule più resili. Queste includono una riparazione del DNA potenziata, un aumento della produzione di antiossidanti come la **superossido dismutasi** e un miglioramento della sorveglianza immunitaria.

Gli studi di laboratorio supportano questa visione. Le cellule esposte a radiazioni a basse dosi spesso sovraregolano le proteine di riparazione e rimuovono componenti danneggiati in modo più efficiente. Esperimenti su animali hanno mostrato che topi esposti a radiazioni di fondo basse a volte vivono più a lungo e sviluppano meno tumori rispetto ai gruppi di controllo.

Anche le evidenze storiche supportano l'ormesi. In luoghi come **Gasteiner Heilstollen in Austria**, le persone visitano terme ricche di radon con tassi di dose di circa **10.000–100.000 nSv/h** per trattare condizioni infiammatorie come l'artrite. Sebbene il meccanismo non fosse compreso per secoli, questi trattamenti spesso riducono il dolore e l'infiammazione, coerentemente con una modulazione immunitaria indotta da radiazioni.

Ovviamente, **nessuno vive a tempo pieno in una spa al radon o sulla spiaggia di Guarapari**. Ma questo è proprio il punto: tassi di dose elevati per brevi periodi spesso non producono **nessun danno misurabile** e possono persino offrire **benefici terapeutici**, in diretta contraddizione con il modello LNT.

L'Analogia dell'Abbronzatura: Un Confronto di Buon Senso

Il pubblico accetta un'esposizione moderata al sole come normale, persino salutare, nonostante la radiazione ultravioletta (UV) sia un noto cancerogeno. Perché? Perché comprendiamo che il corpo risponde alla luce solare producendo **melanina**, che protegge da ulteriori danni UV. Le persone accettano il rischio di **cancro alla pelle** in cambio della **vitaminina D** e altri benefici della luce solare, purché l'esposizione sia ragionevole.

La radiazione ionizzante è fondamentalmente simile. A bassi tassi di dose, il corpo **si adatta**, attivando meccanismi di riparazione per neutralizzare i danni. Eppure, il modello LNT insiste che ogni radiazione ionizzante sia pericolosa, alimentando la paura di esposizioni banali: una **TAC (~2–10 mSv)**, un **volo transcontinentale (2.000–15.000 nSv/h)** o vivere vicino a una centrale nucleare. Queste paure persistono anche se tali esposizioni sono comparabili o inferiori ai livelli di radiazione di fondo naturali in molte parti del mondo.

Perché il Modello LNT Deve Essere Sostituito

Ci sono cinque ragioni principali per cui il modello LNT dovrebbe essere abbandonato:

1. Mancanza di Evidenze di Danno a Basse Dosi

Gli studi in aree ad alta radiazione di fondo non mostrano un legame costante tra radiazioni naturali elevate (spesso decine di migliaia di nSv/h) e tassi di cancro aumentati. Questi risultati contraddicono direttamente le previsioni del modello LNT.

2. L'Adattamento Biologico È Ignorato

Il modello LNT tratta il corpo come passivo. In realtà, le radiazioni a basse dosi attivano la riparazione del DNA, le difese antiossidanti e i processi di pulizia cellulare, risposte protettive che il modello ignora completamente.

3. La Paura delle Radiazioni È Sproporzionata

Il modello alimenta un'ansia pubblica esagerata per esposizioni innocue o benefiche, portando le persone a rifiutare l'imaging medico o a farsi prendere dal panico per minuscole emissioni da centrali nucleari, risposte irrazionali basate su disinformazione.

4. L'Eccesso Normativo È Costoso

Le politiche guidate dal modello LNT richiedono schermature eccessive, limiti di esposizione estremamente bassi e standard di bonifica costosi. Dopo l'incidente di Fukushima, migliaia di persone furono evacuate da aree con tassi di dose inferiori a **10.000 nSv/h**, causando morti legate allo stress, non alla malattia da radiazione. Il bilanciamento costi-benefici di queste normative è profondamente errato.

5. Esistono Alternative Migliori

Un **modello a soglia**, che presume nessun danno al di sotto di una certa dose (ad esempio, 100 mSv), o un **modello ormetico**, che riconosce possibili benefici dell'esposizione a basse dosi, rifletterebbe meglio le realtà biologiche e le evidenze scientifiche.

Un Approccio Razionale alla Radiazione

Sostituire il modello LNT non significa minimizzare i veri pericoli delle radiazioni ad alte dosi. Dosi superiori a **1.000 mSv** sono indiscutibilmente dannose e devono essere strettamente controllate. Ma adottare un modello più accurato consentirebbe:

- **Uso Medico Più Intelligente:** Pazienti e medici potrebbero utilizzare con fiducia l'imaging a basse dosi o la radioterapia senza paure infondate.
- **Regolamentazione Equilibrata:** Le politiche potrebbero dare priorità alle esposizioni realmente pericolose, riducendo il peso economico su sanità e industria nucleare.
- **Comprensione Pubblica:** Riconoscere la radiazione come una parte naturale del nostro ambiente, come la luce solare, ridurrebbe la paura irrazionale e consentirebbe decisioni informate.

Rispondere ai Critici

Alcuni sostengono che il modello LNT sia il più sicuro perché gli effetti delle basse dosi sono difficili da misurare. Citano studi su lavoratori nucleari con rischi di cancro leggermente elevati intorno a **50 mSv**, ma questi studi spesso soffrono di variabili confondenti,

come fumo, lavoro a turni o stress, difficili da isolare. Nel frattempo, dati su larga scala da regioni ad alta radiazione e studi di laboratorio ben controllati indicano **bassi o nessun rischio**, e spesso **effetti positivi** da radiazioni a basse dosi.

Mantenere il modello LNT per abitudine o cautela non è prudenza scientifica, è **inerzia normativa**. Alimenta la paura, scoraggia l'innovazione e devia risorse da rischi sanitari più urgenti.

Conclusione

Il modello Lineare Senza Soglia semplifica eccessivamente la biologia delle radiazioni e promuove una paura ingiustificata. Le evidenze da regioni ad alta radiazione, dalla biologia sperimentale e dall'uso terapeutico storico mostrano chiaramente che **la radiazione a basse dosi non è intrinsecamente pericolosa**, e potrebbe persino essere benefica. Come la luce solare, la radiazione ionizzante ha sia rischi che benefici, e le nostre politiche dovrebbero riflettere questa sfumatura.

Abbandonando il modello LNT in favore di un **modello a soglia o ormetico**, possiamo creare un quadro più razionale per l'uso delle radiazioni in medicina, industria ed energia. Ciò porterebbe a **regolamentazioni più efficaci, costi inferiori** e un **pubblico meglio informato**. La radiazione non è il nemico: è una forza naturale che possiamo comprendere, a cui possiamo adattarci e che possiamo usare saggiamente.