

Le risposte agli interrogativi del pubblico della RSI

(Speciale 18 marzo Rete Uno Rete Due e in Moby Dick del 21 marzo) (Trascrizione effettuata dalla Redazione dell'Approfondimento culturale di Rete Due)

Rispondono :

Dr. Enos Bernasconi (EB) capo malattie infettive all'Ospedale Regionale di Lugano

Marco Celoria, (MC) psicoterapeuta

Dr. Christian Garzoni(CG) direttore sanitario Clinica Moncucco a Lugano

Dr. Maria Rita Gismondo (MRG) Direttrice microbiologia clinica, virologia e bioemergenze all'Ospedale Sacco di Milano

Dr. Michele Riva (MR) , ricercatore di Storia della Medicina , esperto di prevenzione all' Università degli Studi Milano Bicocca

Diagnosi, contagio, virus nell'aria?

Domanda: il Professor Lanzavecchia dell'IRB, che ha affermato che il virus può vivere nell'aria fino a tre ore. Sui social da allora e anche nelle domande ricevute dagli ascoltatori, si parla soprattutto di questo. E' vero che il virus può viver fino a tre ore? Un articolo di un team di virologi americani dice che teoricamente può vivere nel pulviscolo, ma che non c'è contagio nell'aria, è giusto?

EB- E' giusto. Io ho una grande stima del professor Lanzavecchia, ma questa è stata un'affermazione molto infelice. Perché bisogna vedere quali sono le condizioni per poter avere il virus nell'aria, ossia la creazione dei cosiddetti aerosol. Gli aerosol sono delle particelle al di sotto dei 5 micron che restano in aria abbastanza a lungo, teoricamente anche qualche ora. Questo succede, ad esempio, in una situazione molto particolare, che possiamo avere in ospedale durante una broncoscopia. Quando si entra con un endoscopio nelle vie respiratorie e si inietta del liquido, per poi recuperarlo e in questo processo si possono creare delle micro particelle che possono essere poi nell'aria. Per questo noi in questa situazione creiamo delle misure aggiuntive. Chiaramente il locale chiuso, con una pressione idealmente negativa nel locale e le maschere che utilizziamo sono particolarmente efficaci nella protezione, sono maschere ultrafiltranti. Può' succedere anche nelle cure intensive, quando si aspira un paziente con una piccola cannula questa aspirazione potrebbe

creare degli aerosol. Quindi sono situazioni molto ben definite, molto particolari. Non è la situazione che abbiamo quando siamo in casa o usciamo nell'ambiente

Domanda: Quindi non è nell'aria?

EB- Non è nell'aria.

Domanda: Come si fa a capire se ci si sta ammalando? Quali sono i sintomi?

EB- I sintomi sono molto variabili; c'è una sintomatologia che può essere molto leggera come un raffreddore che guarisce anche spontaneamente. I sintomi scompaiono rapidamente e la persona probabilmente dopo un paio di giorni che è asintomatica può essere tranquilla che non succederà più niente. In questa fase il rischio di contagiare altri è estremamente basso. I sintomi più importanti della malattia sono quelli legati alla febbre con tosse importante, spesso irritativa senza molto catarro. Soprattutto può intervenire una mancanza di fiato. Questi sono i segnali più importanti: se si verificano bisogna contattare il proprio medico o in casi più severi direttamente Ticino Soccorso.

Domanda: Ho un sintomo sospetto, una tosse secca. Quanto durerà? Se il coronavirus degenera in polmonite a quel punto devo sviluppare per forza la febbre? Può esserci polmonite senza febbre?

MRG- Ci può essere polmonite senza febbre, ci può essere polmonite non da coronavirus. Bisogna chiamare il proprio medico e seguire l'iter diagnostico che verrà consigliato. Mai fare diagnosi da soli, men che meno terapia.

Domanda: Un virologo francese ha affermato che le persone che sviluppano questo virus in maniera benigna (quelle che restano a casa con le classiche manifestazioni), sviluppano degli anticorpi che però proteggeranno il soggetto solo per un periodo breve. E' vero che finché non ci sarà un vaccino una persona può riammalarsi di covid19? Dobbiamo creare l'immunità di gregge?

EB- Primo: dimentichiamo l'immunità di gregge che è un concetto che si usa principalmente per i vaccini. Per raggiungerla, a seconda della malattia e del vaccino, abbiamo bisogno del 70%, 80%, 90% delle persone che hanno sviluppato gli anticorpi. Noi non sappiamo quanta percentuale della popolazione alla fine della pandemia sarà stata colpita. Comunque non sarà mai sufficiente per avere immunità di gregge. Secondo: è vero che i Coronavirus inducono una risposta anticorpale molto limitata perché è un virus che agisce a livello di vie respiratorie, ma non circola molto a livello del corpo, quindi questa immunità può essere in parte protettiva ma verosimilmente (ci mancano ancora i dati) per un tempo limitato. Magari a distanza di molti mesi, ma teoricamente è possibile riammalarsi.

Domanda: Il virus quanto resiste sulle superfici e quanto rischio e potenza c'è per ogni contagio ambientale?

CG- Il virus sulle superfici probabilmente è persistente per alcuni giorni. Bisogna stare attenti ai dati che si leggono: a volte si trovano solo dei DNA da virus, sono dei virus relativamente infettivi. Ma ribadisco, il problema di toccare una superficie contaminata lo si risolve lavandosi le mani, così come abbiamo sempre detto di fare.

Domanda: E' stato detto da un virologo italiano che quando si torna a casa con la spesa, magari con le buste di plastica che contengono insaccati e altri alimenti, sarebbe meglio dare una sciacquata con del detergente. Sarebbe meglio farlo perché la plastica trattiene il virus, anche se depotenziato, fino a due giorni. E' un consiglio condivisibile?

CG- Non credo: è chiaro che si può portare all'estremo le misure d'igiene pensando che la spesa è stata toccata da qualcuno che è positivo. Torno all'idea che quando uno torna a casa si lava le mani. Questo dovrebbe essere sufficiente. Credo che dobbiamo ritornare rapidamente al punto essenziale della trasmissione del virus, che sono i "contatti sociali". Questo è il fulcro della trasmissione del virus, ed è su questo punto che dobbiamo stare tutti attenti. Lo ribadisco, questo periodo di quarantena della popolazione va sfruttato per evitare i contatti sociali.

Domanda. Dal momento del contagio quanto tempo passa all'apparire dei primi sintomi ? Si può essere portatori sani senza contrarre la malattia?

CG- La maggior parte delle persone, da quando ha un contatto, manifesta i primi sintomi entro 5 giorni, ma si può estendere fino a 12 giorni. I pazienti asintomatici sono probabilmente frequenti, nei prossimi mesi ci renderemo conto che per un paziente malato, ce n'erano dieci che non si sono nemmeno accorti di essere stati positivi.

Domanda: E' utile testare la propria capacità polmonare ogni giorno trattenendo il proprio respiro per 10 secondi e valutare la reazione?

CG- "No", è assolutamente inutile.

Domanda: Posso avere il virus senza avere febbre e sintomi? E se qualcuno ha avuto il virus in seguito è immune o può riprenderlo come un'influenza?

CG- La prima domanda è un tema di alta ricerca, però i dati non sono conclusivi. Ci sono chiari segni di persone che hanno avuto l'infezione senza praticamente accorgersene o con pochi sintomi. Magari una sera sola con malavoglia e un paio di starnuti. Nei bambini questo è molto frequente. I bambini spesso non hanno sintomi e hanno fatto l'infezione.

Per la seconda domanda ne ho discusso recentemente con un ricercatore della Rockefeller University. Ci sono dei modelli animali e nell'epidemia di adesso se una persona l'ha fatto il virus, sviluppa degli anticorpi che hanno un effetto protettivo. Poi la vera risposta arriverà tra un mese o due quando ci saranno più dati ma ad oggi si tende a dire che se una persona ha avuto il virus poi dovrebbe essere protetta.

Domanda : Pare che ci sia penuria dei test e quindi li si riserva ai casi gravi. Si può stimare la tempistica per produrne abbastanza per fare test a tappeto. In modo da trovare e isolare gli asintomatici?

CG- Non è così facile aumentare la quantità di test perché ci vogliono dei macchinari particolari e ci vogliono dei reagenti che cominciano ad essere insufficienti per la popolazione. La domanda è: cos'è lo scopo del test. Oggi con la situazione che abbiamo in Ticino, non serve a niente dire ad una persona: tu hai il virus ma sei

asintomatico, perché oggi tutte le persone devono stare a casa se hanno sintomi o non hanno sintomi, e non avere contatti con gli altri. Quindi le persone in principio, o sono a domicilio perché le ha confinate l'autorità e torno a dire che questa regola è fondamentale e oggi è criminale non seguirla. Oppure è in un ospedale e lì 'serve il test per sapere che tipo di polmonite ha il paziente, per dare le cure adeguate sia per i casi di Covid. Che per i casi non Covid .perché restano le polmoniti a batteri e tutti i virus che vediamo di solito in inverno.

Mani pulite, distanza, mascherine, isolamento...

Domanda: Riguardo alla mascherina, se non sappiamo di avere il Covid e non la indossiamo, mettiamo in pericolo chi abbiamo intorno a noi; dunque meglio indossarla?

MRG- Continuo a dire che siamo infettanti se abbiamo sintomi. Quindi se abbiamo forte mal di testa, mal di gola, occhi arrossati, ci deve venire il dubbio di avere il Covid e quindi va contattato il medico e ci dobbiamo proteggere nei confronti dell'altro.

Domanda:per quale motivo non è ancora imposta la mascherina per le cassiere nei centri commerciali? Si parla di un metro di distanza, qualcuno ritiene che questa distanza non sia sufficiente ho sentito parlare di un metro 80 ... Qual è la distanza giusta?

CG- E' importante ribadire che sono la distanza e la durata di contatto con una persona ,e si dice occorrono svariati minuti, prima di avere un passaggio di virus. Il contatto limitato al momento del pagamento alla cassa è breve . Quanto alla distanza è una questione di probabilità: le direttive variano da 1 metro a 2 metri. L'OMS ha detto 1 metro, la Svizzera aveva indicato circa i 2 metri, quindi la verità sta un po' in mezzo. Per le cassiere le direttive dell'Ufficio federale della sanità e del medico Cantonale hanno valutato che il contatto è talmente breve a livello di tempo che la mascherina non è strettamente necessaria. Nei grandi magazzini tuttavia il personale la mascherina ce l'ha.

Domanda: Persone che guidano da sole in auto con la mascherina, persone che fanno una passeggiata con la mascherina: ha senso ? (la Repubblica Ceca ha varato l'obbligo a tutti i cittadini di portarla)

CG- non ha senso. La mascherina serve solo quando una persona ha contatto con un'altra . Camminare da soli in città o essere in macchina con la mascherina è un non-senso. Anzi peggio, spreca risorse preziose . Le mascherine non saranno infinite, ci sono quelle necessarie per curare le persone, ma dobbiamo come popolazione usarle bene.

Domanda: Perché le nostre autorità e i medici ci dicono che è superfluo l'uso delle mascherine se non si hanno sintomi, mentre in Cina dicono il contrario.

MRG- Va fatta chiarezza. Innanzi tutto ci troviamo in un momento in cui le mascherine non si trovano, ne va fatto un uso parsimonioso e bisogna privilegiare chi veramente deve proteggersi e proteggere la società. Quindi in primis le persone sintomatiche e malate che non devono spargere virus intorno a loro, e poi i sanitari che sono a stretto contatto con loro. Dire che la mascherina non serve è un eccesso: diciamo che possiamo farne a meno perché il pericolo sta in colui che diffonde il virus, non tanto in colui che respira l'aria andando in giro. Se parliamo di persone che hanno una vita civile e sociale normale, in questi giorni non-sociale perché siamo tutti in isolamento, la mascherina è superflua. E poi dobbiamo capire di che mascherine stiamo parlando. Quelle cosiddette chirurgiche hanno una protezione relativa, quelle a protezione totale sono le cosiddette ffp2 e ffp3, ma queste sono tecniche ad uso degli operatori.

Domanda : Le mascherine di carta rettangolari servono per proteggersi dal virus? E le scarpe e i vestiti che uso farne? Lasciarli fuori casa? In Italia i virologi consigliano di uscire indossando la mascherina chirurgica per evitare di contagiare gli altri, se si fosse portatori sani. Perché da noi si continua a sostenere che non serve a nulla? Perché non ce ne sono per tutti?

EB- Tutte le mascherine sia quelle di tipo chirurgico che quelle un po' meno efficaci, che sono di semplice carta, sono soprattutto utili nel caso si abbiano dei sintomi, per non tossire o proiettare piccole goccioline in direzione di qualcun altro che potrebbe contagiarsi. Le persone asintomatiche, lo ribadisco, di principio non sono contagiose. E 'vero che ci potrebbe essere la fase immediatamente prima dell'insorgenza dei sintomi, in cui ci può essere un certo rischio di contagio. Però noi quello che diciamo è molto più semplice: teniamo le distanze. Teniamo almeno due metri. E con questo, il discorso mascherine e il fatto di proteggersi, diventa molto meno rilevante. E' un inutile spreco di risorse. Se però qualcuno ha i sintomi, per proteggere gli altri in modo più efficace, può portare effettivamente una mascherina.

Per quanto riguarda il virus, che potrebbe rimanere su delle superfici anche per giorni, sono sicuramente delle quantità estremamente basse e non si sa, anche se è stato trovato il virus su delle superfici anche a distanza di qualche giorno. Non si sa se questo virus sia ancora in grado di contagiare qualcuno perché come sempre nel campo delle malattie infettive, c'è un concetto che dice: ci vuole una determinata dose infettiva. Per questo virus in realtà non la conosciamo ancora nel dettaglio. Penso che un'ipotesi corretta è che le quantità che si trovano sulle superfici sono talmente basse, che non è così che ci si contagia. Ci si contagia come ribadito costantemente, con delle goccioline che proiettiamo quando parliamo, starnutiamo o tossiamo, se non facciamo attenzione. Se non tossiamo, starnutiamo nel nostro gomito, o se nel caso siamo veramente sintomatici, se non portiamo una mascherina che protegga gli altri, quando starnutiamo

Domanda: Una cena con 2 amici, stando a distanza: sì, o meglio rinviare a luglio ?

CG- Direi chiaramente “no”, non è necessario, i contatti sociali devono essere limitati al minimo. Gli amici possono aspettare per qualche settimana, li sentiremo al telefono.

Domanda: A seguito dell’assistenza di una persona sospetta di contagio il responsabile della croce verde ci ha confermato di rispettare l’autoisolamento di cinque giorni più due. Cosa dobbiamo fare ora?

CG- La confederazione e il medico cantonale hanno allungato il periodo di autoisolamento a dieci giorni. L’autoisolamento è una procedura semplice. Vuol dire restare a domicilio, non uscire di casa. E avere il più possibile vite separate con gli altri membri della famiglia. Camere separate, se possibile un servizio separato e cercare di mangiare in locali separati o ad orari diversi. Questo per dieci giorni.

Domanda: E’ pericoloso incontrare nel bosco una persona con il fiatone che corre e che mi passa vicina spargendo sudore?

EB- “No”, il sudore non è contagioso

Domanda: Il fumo di sigaretta è un veicolo per il virus? E lo smog e le polveri fini?

EB- “No”

Cibo

Domanda: se mangio cibo in cui vi è la presenza del virus, lo stomaco lo distrugge?

CG- il cibo non costituisce una fonte di trasmissione. Si lavano le mani prima di cucinare: non è il cibo che trasmette la malattia, ma le goccioline e le secrezioni del naso che poi rimangono sulle mani. Il cibo non è un problema

Domanda: Se vado al supermercato meglio comprare le arance al posto delle mele (eventualmente meglio sbucciarle)?

EB- Il lavaggio della mela è sufficiente ad eliminare eventuali goccioline. Non è necessario sbucciarla. Un buon lavaggio meccanico è sufficiente

Domanda: Se metto della merce in frigo uccido il virus o lo favorisco?

EB- Non lo si uccide e non lo si favorisce. Può persistere al freddo

Domanda : Come comportarsi con i generi alimentari. Vorrei sapere se il pane esposto in vendita con i sacchetti di carta aperti è problematico per il virus. Il cibo si può mettere in frigorifero, o prima va disinfettato? Se mi portano la spesa, cosa faccio con i contenitori? la plastica, i vasetti, devo disinfettare tutto?

EB- Torniamo al discorso quando parlavo delle scarpe contaminate, delle superfici contaminate. E’ vero il virus può sopravvivere sulle superfici, ma probabilmente in

una quantità dove il rischio in cui tocco qualcosa e poi mi tocco una mucosa e questo porta alla trasmissione del virus, è un rischio molto teorico e sicuramente molto basso. Quindi bisogna fare le cose secondo buon senso. Nel limite del possibile tutto quello che si può lavare, lo si lava. Per esempio la frutta, che è spesso esposta e non particolarmente protetta, si ha la possibilità di sbucciarla e di lavarla. Per il pane si può considerare che non molte persone vanno proprio a tossire dove c'è il pane. Anche qui conta molto come si comporta la gente, la responsabilità della gente. Comunque alla fine, il rischio che questo diventi pericolo e anche qui la possibilità di un contagio è talmente basso, che non mi creerei una preoccupazione estrema. Buon senso, lavare quello che si può lavare, disinfettare un involucro se dà l'impressione di essere sporco, ma non facciamoci una preoccupazione su qualcosa che ha una bassissima possibilità di creare un problema per la salute,

Domanda: E' necessario indossare i guanti, e poi cosa farne? Che dire dell'insalata e dei pomodori che si acquistano al mercato e al supermercato?

MRG- Insalata e pomodori fanno solo bene e ci danno delle vitamine importanti che sono anche degli antivirali. I guanti quando si usano si buttano nella spazzatura normale perché non sono stati a contatto con un paziente malato con l'assistenza sanitaria.

Il Virus, la sua storia, il decorso

Domanda: Bill Gates nel 2015 affermò che in un mondo che aveva investito molto in armi, e poco nella lotta contro i virus, una pandemia avrebbe potuto fare dieci milioni di morti. Perché non è stato ascoltato?

MR- Come storico della medicina concludo sempre una delle lezioni ai miei studenti dedicata alle evoluzioni delle epidemie così *“uno dei problemi nei prossimi anni non saranno le malattie cardiovascolari o tumorali, ma quelle infettive, la ripresa di quelle storiche come la tubercolosi o la malaria per una farmacoresistenza, oppure una possibile epidemia come la Sars che siamo riusciti a scongiurare”*. L'idea di Bill Gates è discussa da anni dalla comunità scientifica, molto si rimprovera ai governi di non aver pensato dopo il disastro della Sars, ad una strategia a lungo termine. Il messaggio di Gates è quello di tanti ricercatori che avevano predetto la ricomparsa di una potenziale epidemia virale, e altre ne seguiranno.

MRG- Tutti noi aspettavamo una pandemia: in sede di tavoli internazionali si parla di un periodo pandemico, post-pandemico, pre-pandemico. Abbiamo la certezza che queste pandemie possano ciclicamente arrivare. Non è una novità che ci ha sorpresi: ci ha sorpresi a livello di preparazione.

Domanda: Ci si è preparati poco e male dunque?

MRG- assolutamente sì, perché era da tempo che si aspettava una nuova pandemia. L'ultima è stata nel 2009, la famosa suina: sono passati undici anni e la storia recente ci insegna che ogni dieci/quindici anni abbiamo un episodio più o meno grave, ma con un tentativo di pandemia.

Domanda: Ci sono studi che dicono che questa pandemia durerà a lungo, addirittura fino alla primavera del 2021, uno studio tedesco parla di due anni.

MR- La storia ci insegna che bisogna attendere a lungo prima che le pandemie siano superate: la Spagnola del secolo scorso è andata dal 1918 al 1920, ma anche quelle del passato difficilmente sono durate solo un anno. Decisivo sarà lo sviluppo del vaccino e di altri mezzi di contenimento e trattamenti farmacologici.

Domanda: Come si svolgerà la decrescita, come riprenderà la vita normale? Si sa qualche cosa sul decorso?

MR- E' veramente difficile capire cosa succederà. Sono passate poche settimane e l'escalation è stata rapidissima. Fino a due mesi fa non sapevamo quasi nulla. E' difficile prevedere come e quando ci sarà la ripresa. Questo è uno dei primi esempi, almeno a livello mondiale, in cui tutti i paesi stanno adottando delle misure di quarantena importanti che mai nella storia erano stati intrapresi. E' difficile capire perché ci troviamo di fronte ad una situazione del tutto nuova.

Domanda: Chi si ammala, quando guarisce ha sviluppato anche gli anticorpi ed è immune?

MRG- E' una cosa che stiamo studiando. Analizzando i sieri e il sangue di pazienti che sicuramente hanno avuto il Covid un mese fa o qualche mese fa, (l'ipotesi ormai accertata è che il virus circolò non da febbraio, ma già da novembre o dicembre dello scorso anno) cerchiamo gli anticorpi, se c'è immunità e quanto dura. Nel mondo abbiamo solo un caso certo di una donna giapponese che dopo essersi ammalata è guarita, ma poi si è riammalata. Non abbiamo casi simili dalla Cina, per cui ipotizziamo che una certa immunità ci sia, ma è prematuro sapere di che efficacia sia e quanto dura.

Domanda: E se questo virus non fosse nato in un mercato cinese, ma in un laboratorio di qualche stato? E se tutto questo fosse un test di sociologia per valutare la nostra tenuta di fronte a misure stringenti?

MR- Sono tutte fake news. E' sempre la stessa storia. Ce lo ricordiamo dai grandi romanzi storici, pensiamo a Manzoni; c'è sempre della dietrologia quando si verificano delle pandemie soprattutto là dove inspiegabilmente si origina la malattia, quando invece è scientificamente che ce lo attendevamo prima o poi. Di fronte ad un esordio improvviso, ma non inaspettato per gli scienziati, di un agente infettivo, è quasi normale che si generino dei timori che invece sono del tutto infondati. Come altri virus (Mers/Sars) ogni tanto si sviluppano e dietro non c'è nessun laboratorio che produce virus segreti.

Domanda: Perché le persone gravemente malate sono in gran parte maschi?

EB- Non lo so. Però ha ragione. Nelle statistiche dei primi studi pubblicati più del sessanta per cento sono maschi. Sicuramente il sesso gioca un ruolo come fattore di rischio. Naturalmente occorre ora un'analisi più approfondita. E il fatto che gli uomini siano più facilmente colpiti, dipende da altre predisposizioni e da altri fattori di rischio più frequenti nell'uomo. E' difficile dire se proprio solo e il fatto di essere maschio è di per se un fattore di rischio indipendente, però i dati sembrano portare in quella direzione.

Domanda: La questione dei tamponi: su questo punto c'è stato un cambio di strategia. L'OMS ora dice che è meglio fare questi test a largo spettro perché i vantaggi sono due: circoscriviamo meglio i focolai e le persone negative possono riprendere le loro attività. Cosa ne pensate?

MR- Se lo facciamo solo ai sintomatici, lo facciamo solo a fini diagnostico per sapere se abbiamo un paziente da assistere. Se lo facciamo a tutti, diventa uno studio epidemiologico. Il rischio di questo approccio, che comunque ha il suo valore indiscusso, è di due tipi. Primo è quello di dire ad una persona "sei negativo" e la persona dopo una settimana si infetta, ha della tosse e sintomi influenzali, ma dice "tanto io sono negativo" per cui non si comporta nel modo adeguato. Il secondo aspetto è che dobbiamo valutare le energie e le economie da mettere in campo, perché fare il tampone a tutta la popolazione significa avere tamponi e personale disponibili. E' una scelta di politica sanitaria.

Domanda: Si parla di casi infetti, ma non si parla di casi guariti, però è importante ricordare che nel 90% dei casi si guarisce.

MRG- Io ringrazio di cuore per questa domanda perché è ciò a cui io tengo sempre a fare riferimento. Si fomenta tanto panico: la paura è un sentimento positivo, ci fa stare attenti e salva la specie. Se non avessimo paura saremmo nella patologia più grave, saremmo esposti a qualsiasi pericolo, ma il panico ci fa fare le cose più assurde e nocive. Allora guardiamo anche il bicchiere mezzo pieno: non possiamo pensare che in questo mondo non ci siano malattie, non ci siano epidemie. Sono stata più volte a guardare i numeri. In questo momento ci troviamo di fronte ad una pandemia, ma pandemia vuol dire che è presente in tutto il mondo, il termine non centra con la virulenza del virus, quella è un'altra cosa. Questa pandemia sta facendo una cosa di fondo: sta piegando il sistema sanitario dei paesi, perché i paesi non erano pronti a rispondere ad un'emergenza del genere. Non è un problema di numero, ma è un problema di numeri di persone che nello stesso momento hanno bisogno di terapia intensiva. Ricordiamo che i positivi nel 90% dei casi hanno, o pochi sintomi o addirittura nulla. Stiamo parlando del 90% dei casi! Il 10% dei casi ha bisogno di assistenza sanitaria, molto impegnativa. Stiamo parlando percentuali molto basse. Le percentuali delle persone che muoiono sono percentuali bassissime. E più ci renderemo conto che questo virus ha infettato il mondo e non poche migliaia di persone, più questo denominatore sarà ampio, più il numero dei morti ci sembrerà in percentuale molto molto basso.

Domanda: Si dice che il virus perda potenza con le temperature alte, ma come si comporta con il freddo?

EB- Per il momento non ci sono ancora dati sulla temperatura ambientale e capacità di propagazione del virus.

Domanda: Una temperatura alta è una buona notizia o una cattiva notizia

EB- L'unico esempio che abbiamo in passato di questo tipo di virus è la Sars che si era diffusa anche in paesi caldi e soprattutto il Mers-Coronavirus, il Coronavirus del Medioriente che una mortalità molto alta, ma che è anche abbastanza simile a quello attuale e che si diffonde soprattutto in paesi caldi.

Domanda: un ascoltatore (21-03-20) sostiene che il picco è annunciato tra 2/3 settimane e quindi in questo momento, come funziona l'atteso picco, e perché è così lontano nel tempo, visto che ci sono già misure per contenere il coronavirus.

CG- Certo, ma non dobbiamo dimenticare che il virus ha una sua dinamica. Cioè, la persona che entra in contatto con il virus ha alcuni giorni dove sta bene e non si accorge ma ha il virus già nel corpo. Poi il virus ha dei sintomi che sono quelli tipicamente influenzali, febbre, più o meno raffreddore, tosse, naso che cola e poi questa persona ha un'infezione che si protrae per vari giorni. Ci sono persone che non si accorgono quasi, altre che si accorgono poco, altre che hanno magari la febbre per 10/15 giorni. Le persone che stanno bene con la febbre, oggi le lasciamo a domicilio e invece quelli che arrivano negli ospedali sono quelli che sviluppano delle polmoniti, cioè delle infiammazioni dei polmoni sempre più gravi che necessitano l'ossigeno. Terapie che a domicilio non possiamo avere. Questo processo che ho riassunto, spesso ci mette dieci, quindici giorni. Se noi contiamo tutti i tempi di questa catena e se noi oggi bloccassimo completamente la società e ogni individuo non vedesse più nessun individuo l'effetto di questa misura, se andasse bene, lo vedremo tra quindici, venti giorni.

Domanda: E' previsto lo sviluppo di un esame per individuare nel sangue gli anticorpi anti coronavirus e se sì quando sarà pronto.

CG- Questa è una cosa che stiamo aspettando anche noi. Io penso che arriverà presto questo test. Proprio perché vorremmo capire quant'è la proporzione di persone nella popolazione abituale e che hanno già fatto questa malattia magari non accorgendosene, o facendo una banale influenza. Questo test a livello sperimentale è già disponibile e penso che non tarderà molto anche ad arrivare a livello commerciale.

Domanda: Il virus può mutare in un forma più letale?

CG- Quando si guardano i virus, c'è sempre la possibilità che muti, o in meglio o in peggio. Di questo virus ne sappiamo ancora relativamente poco. Quello che si sa è che si pensi abbia la tendenza ad essere stabile o relativamente stabile, per il momento. Di solito un virus muta quando c'è qualcosa che lo spinge a mutare. Oggi si diffonde talmente bene nel suo stato di come è fatto adesso, che non c'è una pressione sul virus per fare in modo che cambi. Quindi probabilmente resterà stabile.

Ci sono molti studi in corso su questo e penso che nelle prossime settimane o mesi, ne sapremo di più,

Domanda: Quali elementi positivi potranno scaturire da questa esperienza?

MRG- Da medico dico che sarà una sanità nuova, necessariamente.

MRG- Dopo la peste del 1300 c'è stata la rivoluzione degli ospedali, che sono diventati degli ospedali moderni. Da una crisi sanitaria può nascere una nuova sanità

MC- Questa esperienza ci priva di tanto, ma ricordiamoci di una cosa: è momentanea e non ci priva di tutto, soprattutto non ci priva delle cose più importanti. Può essere un'opportunità di progetti, di relazioni familiari intime, un'opportunità per colmare un po' questi ritmi stressanti, di fermarci e ridare un senso alla nostra vita e al nostro tempo.

Consigli pratici

Domanda: I fazzoletti battericidi per pulire i bagni possono servire per disinfettare superfici e mani?

MRG- Questa pratica igienica dobbiamo assolutamente usarla sempre, soprattutto nel caso di utilizzo di bagni e toilettes che hanno usato altre persone. In questo momento non abbiamo dei lavori che ci dicano quanto esattamente i virus possano sopravvivere sulle superfici. Quello che possiamo dire è che trattandosi di un virus possiamo presumere che abbia una brevissima permanenza fuori dal corpo umano. Soprattutto questo virus ha un "cappotto" lipidico, quindi con l'alcol muore assolutamente

Domanda: Una passeggiata in strada (non nel centro commerciale o nel negozio aperto) tra 2 persone a 2 metri di distanza è possibile? Posso farla con la coscienza a posto?

EB- Non solo è possibile, è raccomandata. Dobbiamo distinguere tra l'essere reclusi in casa e il ridurre o non avere contatti sociali. Se si cammina nel bosco anche in 2 o 3 persone , ma separati uno dall'altro, è sicuramente qualche cosa di molto appropriato. Ricordiamo ancora che la trasmissione del virus avviene tramite delle goccioline che si proiettano alla distanza di 1 forse 2 metri: questo virus non circola nell'aria del bosco.

Domanda: Quindi la passeggiata con mia moglie assolutamente sì ?

MRG- Ma sìiiii , assolutamente sìiiii

Domanda: Passeggiate nel bosco solo all'interno dello stesso nucleo familiare? E' possibile fare una passeggiata con nipotini e nonni mantenendoci a tre metri di distanza?

CG- Su questo aspetto sarei rigido. Oggi per le persone anziane il rischio di morire di questa malattia è rilevante. In questa fase chiediamo ai nostri nonni di tener duro, io li terrei seriamente a distanza. Ai bambini è difficile dire "stai distante dai nonni". Diciamo ai bambini piuttosto di fare una telefonata ai nonni tutti i giorni, ma non metteteli in situazioni in cui hanno un contatto diretto. Sarei molto stretto nelle regole quando ci sono di mezzo i bambini.

Domanda: Mia madre ha 79 anni: può uscire da sola a spasso con il cane. Le è capitato di incontrare un giovane che le ha gridato di starsene a casa.

MRG: La signora deve uscire con il cane ! Perché l'altra faccia della medaglia alla quale stiamo assistendo è che ci sono persone che si stanno veramente nevrotizzando, che stanno andando nel panico e che stanno talmente alterando la loro vita sociale fino all'ossessione: si stanno creando delle patologie psichiche. Ci sono persone che vanno in panico perché hanno visto qualcuno che ha starnutito a metri di distanza da loro. Diamo dei consigli di saggezza soprattutto, di comportamenti responsabili.

Domanda: Dopo che una camera è stata utilizzata 5 giorni per una quarantena e sono risultate persone infette, quanto tempo devo arieggiare prima di procedere con le pulizie di fondo.

EB- Arieggiare può servire in una camera di cure intensive dove si fanno delle procedure e il virus può arrivare nell'aria e restarci per un po' di tempo. Ma questa è una situazione molto specifica di cure particolari in cui si possono creare delle situazioni di cosiddetto aerosol, quindi virus che girano nell'aria. Altrimenti una camera, se viene pulita normalmente non c'è nessun problema, è sufficiente.

Domanda. Perché non vengono disinfettate le strade? Un portatore sano può ammalarsi?

CG- Per quanto riguarda le strade: il virus si trasmette con il contatto tra le persone, con le secrezioni del naso e le mani contaminate, non attraverso il pavimento: nessuno va a leccare le strade! Quando una persona arriva a casa si leva le scarpe, si lava le mani e il virus sarà fuori di casa. Per quanto la seconda domanda, riguarda i pazienti asintomatici: è possibile che si ammalino.

Domanda: E' vero che bere fa bene perché se il virus è in bocca, poi viene eliminato dai succhi gastrici?

MRG- sempre bene bere tanto nella vita: se il virus viene respirato va nei polmoni e li infetta. Non centra niente l'acqua.

Domanda: Si può andare in bicicletta o meglio evitare?

MTG- Si può andare tranquillamente in bicicletta, l'importante è osservare quelle norme che vari paesi stanno dando ai cittadini

.Domanda: avere relazioni sessuali con la moglie è pericoloso?

CG- Quanto un paziente è positivo l'altro è negativo, in casa vale la regola della divisione geografica, all'interno della casa. Evidentemente l'atto sessuale non è compreso nella divisione. In realtà il problema della trasmissione, da persona a persona, è data dalla distanza e dalle secrezioni del naso, e dalla tosse. Quindi non è tanto l'atto sessuale, quanto la vicinanza dei due visi. E' questo l'elemento che fa trasmettere il virus non un rapporto sessuale.

Domanda: Un giornalista italiano guarito dal contagio, consiglia di procurarsi in farmacia un saturimetro: è un misuratore digitale che si mette al dito e che ti mostra quanto ossigeno hai nel sangue. Sarebbe l'unico modo per sapere se stai rischiando la polmonite. Un'informazione giusta o una fake news?

MR- Fare l'assalto per comperare i saturimetri è eccessivo. E' uno strumento che va usato solo da pazienti che rischiano veramente di sviluppare una patologia respiratoria importante. Magari può essere utile se le persone che sono a casa e che continuano ad avere la febbre, iniziano a sentire la mancanza di fiato. In questo momento potrebbe essere utile fare un controllo magari facendosi prestare un saturimetro. Il dato bisogna poi anche essere in grado di interpretarlo in maniera corretta, perché non tutti possono capire se è il 94%, il 92% o il 97% sono parametri corretti che rappresentano o meno un livello di ipossia nel sangue. Dobbiamo sempre basarci sui commenti degli specialisti.

Domanda: Con gli asciugamani bagnati come si fa, sono un problema?

MRG- No assolutamente, è buona igiene usare ognuno il proprio asciugamano ,questo sempre.

Domanda: Cosa disinfettare in casa dopo un caso di Covid?

MRG- Innanzi tutto è importante che durante un caso di Covid la persona colpita usi esclusivamente un ambiente proprio, soprattutto il bagno, proprie stoviglie, proprie posate e poi che ci sia giornalmente una pulizia più attenta e radicale; quindi disinfettanti ambientali. Alla fine, quando la persona è negativizzata, usare dei disinfettanti per le superfici e per i pavimenti in modo che tutto l'ambiente possa essere sanificato.

Domanda: Abito in un palazzo, se un inquilino si ammala di Covid, l'intero palazzo sarà messo in quarantena?

MRG- Assolutamente no: l'ammalato può stare nel suo appartamento con i familiari purché sia isolato. Niente ascensore: in questo periodo lo si prende da soli ed è meglio aspettare qualche secondo con le porte aperte in modo che si cambi l'aria del vano

Domanda: le zanzare, dato anche il loro forte aumento, potrebbero essere un fattore di rischio? Sarebbe utile partire in anticipo con i trattamenti?

EB- tutto quello che sappiamo indica che le zanzare non rappresentano un veicolo di trasmissione. Questo è un virus che coinvolge prevalentemente le vie respiratorie, anche in modo molto grave perché causa polmoniti importanti ; però è un virus, non

lo sappiamo ancora con certezza, ma se va nel sangue lo fa in situazioni molto molto particolari. Se ci andasse, per poter fare in modo che la zanzara diventi un vettore, il virus dovrebbe avere delle caratteristiche come ha sviluppato ad esempio nell'evoluzione per trasmettere la malaria o altre infezioni virali: sicuramente non funzionerebbe con il coronavirus.

Domanda: Come comportarsi con i gatti soprattutto con quelli che escono e vanno in giro e rientrano nell'abitazione dei proprietari. Come comportarsi con i gatti e con i cani? Il virus può trasmettersi dall'uomo all'animale e viceversa oppure no?

CG- L'animale potrebbe in teoria fare da veicolo di virus. Immaginiamo il mio gatto va a spasso nel quartiere e lo accarezza qualcuno che ha il virus, questo potrebbe far sì che poi sulla superficie del gatto vi sia il virus. Qui vale una regola. Non è dimostrato quello che dico. Però varrebbe la regola che ognuno accarezzi solo il proprio animale e questo risolverebbe il problema. L'appello è quello di non toccare gli animali degli altri. Per quanto riguarda invece l'infestare un gatto o un cane, i coronavirus sono molto diffusi negli animali. Ma ogni virus ha la sua specie preferita e non c'è evidenza chiara che questo virus che adesso colpisce gli umani, possa andare a colpire i gatti, o i cani.

Domanda: Si dovrebbe disinfettare i ripiani su cui si trovano i pacchi in attesa della consegna?

MRG- NO, NO. Il discorso è sempre lo stesso: il postino che mi consegna la lettera, è una persona che tossisce, che è sintomatico? Fino adesso, però possiamo essere smentiti domani, abbiamo detto che la persona che è solamente positiva se non ha sintomi non infetta nessuno. Dunque il postino che ha dei sintomi deve subito notificarlo, perché nel caso tossisca sul pacco da porgere alla persona destinataria, potrebbe ipoteticamente infettarla: affinché ciò avvenga, quest'ultima dovrebbe prendere il pacco con le mani e poi metterle in bocca oppure negli occhi. Quindi vi è una probabilità bassissima di essere infettati. Sta nella coscienza nostra, nella responsabilità individuale: se ho sintomi lo dico subito al medico perché, primo, posso essere curato precocemente e quindi ho possibilità di guarigione rapida senza finire in rianimazione, secondo, ho un dovere morale verso le persone che frequento di non infettarle.

Domanda Mi occupo della pulizia della lavanderia una casa famiglia, con circa venti bambini. Vorrei sapere quanto tempo resiste il virus sulle superfici e sugli indumenti. Io da qualche giorno uso i guanti, ma sono sufficienti in caso di contagio? Cosa si può usare per disinfettare le superfici toccate da chi è probabilmente infetto in casa? L'alcool al settanta per cento, o bastano dei normali detersivi? Quanto tempo resta il virus sui soldi, devo lavarli?

CG- Per quanto riguarda la lavanderia e i vestiti. Il virus tende a restare sulle superfici anche per alcuni giorni. Per il signore della lavanderia, il problema è semplice, il virus è sulle superfici, ma non è che dalla superficie, salta o vola e possa infettarlo a livello delle vie aeree. L'unica possibilità che ha, in teoria di contrarre il virus, sarebbe che lui tocchi delle superfici e poi metta le mani sporche a livello delle

muose, cioè nel naso. Questo viene facilmente evitato con l'utilizzo dei guanti e la disinfezione delle mani, o il lavaggio delle mani con normale sapone, per venti secondi.

Per quanto riguarda le superfici, il virus non è particolarmente resistente e vanno bene le due opzioni, quindi dell'alcool al settanta per cento va benissimo e anche i detergenti vanno bene. L'alcool se un paziente era chiaramente positivo, è da preferire.

Sui soldi, è un discorso che viene fuori ogni volta che si scopre un nuovo batterio, o un nuovo virus. Vale la regola che i soldi potrebbero essere infetti. Oggi possiamo cercare di utilizzare delle carte di credito invece che i soldi. Rispettivamente i soldi non vanno lavati, ma vanno lavate le mani dopo che si sono toccato i soldi. Anche questa regola è facilissima basta applicarla sempre alla lettera.

Domanda: Gli asintomatici come si devono comportare? Devono stare a casa, ma per quanto tempo? Io sono da 3 settimane che ho la febbriattola. Che faccio, mi chiudo in casa per tre mesi?

EB- La febbriattola per 3 settimane indica più probabilmente un altro problema di salute e quindi è giusto rivolgersi al proprio medico per vedere di cosa si tratta. Il quadro clinico del Coronavirus è qualche cosa di acuto che insorge sull'arco di pochi giorni e nei casi più severi porta ad una febbre che persiste per diversi giorni; c'è malessere generale, dolori e debolezza muscolare e soprattutto una tosse fastidiosa, irritativa e nei casi più severi anche mancanza di fiato. *

Categorie a rischio, età, professione

CG- Le persone a rischio sono le persone anziane, sopra i 65 anni e poi le persone che hanno malattie di base, che possono essere immunosoppressioni, ma anche malattie di cuore reni o altro. Queste persone oggi se contraggono il virus hanno una possibilità di morire che è superiore al dieci per cento. Nelle persone sopra gli ottant'anni, questa probabilità è superiore al venti, trenta per cento. Quindi uno su tre muore di questa cosa. Questo dobbiamo dirlo in modo chiaro. Io invito le persone anziane a essere rispettose di tutta l'attenzione che stiamo cercando di fare per proteggerli, di stare a casa e di organizzarsi con parenti, amici o con i servizi a domicilio per farsi fare la spesa, e di non andare nei luoghi pubblici.

Noi oggi negli ospedali lo vediamo a Locarno, lo vedo io quotidianamente a Moncucco, vediamo persone giovani, di quaranta, cinquant'anni che vengono ricoverate con delle brutte polmoniti, vediamo persone che vanno in cure intensive con il respiratore di quaranta, cinquant'anni e ne abbiamo anche di trenta. Queste regole ferree da seguire, valgono oggi per tutti.

Domanda: C'è un nesso tra il gruppo sanguigno e il coronavirus? Ci sono dei gruppi più a rischio?

MRG- E' una bellissima domanda perché dopo anni di studio sull'HIV abbiamo scoperto che il gruppo 0 Rh positivo, è meno sensibile a quest'infezione. In questo momento è possibile che ci sia un nesso, ma non lo sappiamo. Eppure vero però che abbiamo dei gruppi che sembrano proprio refrattari all'infezione: sono individui che sono stati vicino, molto vicino, a persone sintomatiche che si sono ammalate anche gravemente, e che non si sono infettate. Ci sarà una motivazione, ma in questo momento non la conosciamo: l'ipotesi del gruppo sanguigno è sensata, ma da provare.

Domanda: visto il crescente numero di casi in Svizzera, ci sono rischi per i bambini che continuano ad andare all'asilo nido perché devono essere accuditi?

CG- i bambini , e l'abbiamo detto e ribadito, non hanno decorsi brutti e spesso non si accorgono di essere malati o fanno delle piccole influenze e quindi i bambini non sono a rischio. I bambini però sono dei vettori di virus. Lo portano a casa e poi si ammalano i genitori. I genitori che hanno delle dei fattori di rischio possono finire in ospedale, magari in cure intense. Poi è chiaro che se il genitore ammalato esce di casa diventa un veicolo ulteriore per la diffusione del virus: quindi il bambino non è a rischio, però se il bambino va all'asilo il nucleo familiare deve restare un sistema chiuso.

Domanda: Tra le persone a rischio ci sono anche gli asmatici o chi ha allergie (allergie da polline)

EB- Le allergie non dovrebbero costituire un rischio particolare. Consideriamo che le malattie polmonari, ma soprattutto quelle dell'anziano, quelle degenerative, costituiscono un fattore aggravante. Per quanto concerne l'asma, non lo sappiamo con certezza, ma non si pensa che sia un fattore particolarmente problematico con quest'infezione. Direi che l'asma non appartiene ai classici fattori di rischio di infezione da virus da SARS 2, che conduce a questa malattia che si chiama, Covid 19.

Domanda: Come ci si deve comportare se si vive con una persona a rischio, quindi anziana e si deve andare a lavorare fuori casa?. E' utile vivere in stanze separate, bagni separati, mangiare mantenendo le distanze? E' un atteggiamento saggio?

EB- E' un atteggiamento estremamente saggio, bisogna prendere il massimo delle precauzioni immaginabili: certo può risultare difficile anche a causa della grandezza della propria casa mantenere le distanze anche all'interno del proprio nucleo familiare. Questo però diventa molto importante quando qualcuno del nucleo familiare ha dei sintomi, quali tosse, raffreddore, febbre : a questo momento bisogna rapidamente separare, perché la fase più importante del contagio è quella sintomatica. Si hanno dei dati per cui anche 1 o 2 giorni prima dei sintomi può esserci un contagio, però si sa che il contagio aumenta rapidamente al massimo dopo 3 /4 giorni dai sintomi. Una persona sintomatica deve separarsi dal gruppo familiare.

Domanda: Che rischi corrono le donne in gravidanza?

EB- Per fortuna sembra che le donne in gravidanza non siano delle persone particolarmente a rischio di fare complicazioni severe, a differenza del virus dell'influenza che potrebbe essere pericoloso nel secondo e terzo semestre di gravidanza. Invece per il virus del Coronavirus non sembra esserci un problema specifico e neanche un problema di trasmissione dalla donna al bambino. Sotto questo punto di vista siamo abbastanza tranquilli.

Domanda: E' vero che in Lombardia ci sono sempre più persone che non rientrano nella categoria anziani, che sono in terapia intensiva? Questo virus può riguardare anche dei quarantacinquenni in salute?

MRG- Sì è vero, noi non abbiamo mai affermato che il virus non potesse infettare una persona più giovane. La differenza è che i più anziani, ma soprattutto quelli che hanno già delle altre patologie, sono più a rischio di vita, hanno maggiori necessità di terapia intensiva. Ci sono delle persone non anziane che sono ricoverate: chi in terapia sub-intensiva, chi in intensiva. La maggior parte di queste persone risolvono il loro problema infettivo con le loro risorse, aiutate con quelle terapie che sappiamo.

Domanda : Da sette anni, sotto sotto terapia soppressiva, se il mio sistema immunitario è tenuto a bada in questo modo, come mi potrò aiutare, rispetto ad un sistema immunitario intatto?

EB- Ci sono terapia fortemente immunosoppressive e altre debolmente. Più l'immunosoppressione è rilevante, ma necessaria, come in caso di organo trapiantato, più ci sono rischi supplementari, legati a questa infezione. Noi quando pazienti ospedalizzati hanno in corso una terapia di immunosoppressione li valutiamo con particolare attenzione, rispetto al rischio di fare complicazioni. E se nel limite del possibile si può ridurre la terapia immunosoppressiva perché la malattia che si sta trattando, lo permette, allora direi che in questo periodo, sarebbe una buona cosa farlo, ma non sempre è possibile.

Domanda: Soffro di vitiligine perciò le mie difese immunitarie sono ridotte sono più a rischio oppure no?

CG- La vitiligine di solito non è una malattia che compromette in modo importante le difese immunitarie ciò non toglie che per la signora valgono le regole di tutti, oggi tutti siamo potenzialmente a rischio. Forse gli unici che non sono a rischio sono fortunatamente i nostri bambini, ma da lì in su, tutti possiamo fare delle polmoniti, con dei brutti decorsi e finire in cure intensive, anche se ci consideriamo sani, giovani e belli.

Domanda: Ho 78 anni, sono stato vaccinato a dicembre contro l'influenza e tre anni fa contro la polmonite: Se prendessi il coronavirus c'è la possibilità di prenderlo in maniera meno violenta?

MRG- Assolutamente no, mi spiace deluderla ma questo vale per qualsiasi età. Le vaccinazioni servono per il virus per i quali siamo vaccinati, nello specifico quelli

influenzali e il batterio del pneumococco per il quale è stato sicuramente vaccinato .
Serve da un punto di vista di gruppo per avere persone con meno sintomi che
possono essere confusi con il covid e quindi alleggerire la sanità. Ma nessuno è
protetto attraverso il vaccino contro l'influenza.

Domanda: Se mio marito ha una cardiopatia, io posso recarmi al lavoro?

MR- Chi deve andare lavoro e ha un familiare cardiopatico deve cercare nel miglior modo possibile di osservare le norme igieniche comuni che dovrebbero sempre essere mantenute: in questo caso vanno osservate ancora di più . Distanza di sicurezza dai colleghi, evitare di mangiare insieme, fare la pausa caffè in solitaria

Domanda: Quando ci si deve occupare di persone molto anziane, perché non si può fare diversamente, si devono adottare precauzioni molto particolari, tipo indossare le mascherine?

MRG- Se si è positivi asintomatici, con sintomi solo lievi come un mal di gola, è opportuno osservare le distanze e indossare la mascherina: lo si fa per proteggere loro, non noi.

Domanda: Il lavoro di un postino è rischioso?

MR- : Senza voler dare informazioni scorrette per quanto concerne le Poste svizzere, io credo che per il maneggiamento dei pacchi in alcuni casi vengono forniti dei guanti. Comunque è importante, una volta maneggiato il pacco, lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone e se non è possibile, disinfettarle: già questo permette di eliminare il virus.

Domanda: i docenti che accudiscono quei pochi allievi a scuola, costituiscono un problema dal momento che loro stessi possono essere genitori e figli e quindi entrare in un circolo vizioso? Uso obbligatorio della mascherina per loro?

MRG- Chiudere le scuole lo trovo giusto. I bambini non si ammalano in maniera grave, ma possono essere dei vettori per i nonni

Domanda: Un netturbino è a rischio se qualche cosa gli arriva negli occhi, nel naso o nella bocca? Come proteggersi?

MRG- Un netturbino anche in periodi non-Covid deve avere un equipaggiamento tale da proteggersi dagli schizzi della spazzatura. Pur rischiando di prendersi tante infezioni soprattutto batteriche, il rischio Covid è nullo perché è un virus che sopravvive poco e che comunque ha una trasmissione respiratoria.

Domanda: Una collega d'ufficio è tornata a casa con 38 di febbre e mal di testa. Purtroppo non è possibile sapere se è un contagio da Covid19 perché non le è stato fatto il tampone. Avendo avuto contatti con questa collega ho chiesto al datore di lavoro di poter fare una quarantena, ma mi è stata negata. Cosa devo fare?

EB- E' una domanda difficile, perché al momento attuale una sintomatologia come quella descritta potrebbe effettivamente da Covid19: la persona dovrebbe parlare

con il datore di lavoro della possibilità di fare dell' homework, e se invece deve lavorare in ufficio lo possa fare perlomeno in una zona isolata.

Domanda: Un'impiegata statale che a casa deve occuparsi di una persona che ha problemi polmonari e respiratori, ha il diritto di avere una sospensione dal lavoro

CG- Se chi accudisce un persona con problemi respiratori è in buona salute, può continuare a lavorare. Deve essere molto giudiziosa e se ha dei sintomi non deve recarsi al lavoro.

Domande: Quando una è stata contagiato può contagiare i familiari a stretto contatto?

Siamo una famiglia di 5 persone presto 6, mamma papa e tre bambini piccoli. Rigorosamente stiamo a casa abbiamo deciso che a fare la spesa sia il marito. Ci domandiamo come sarebbe possibile prepararsi se qualcuno di noi dovesse ammalarsi e di seguito i bambini. Quali precauzione possiamo adottare in casa per prevenire il più possibile il contagio tra di noi Come dovremmo organizzarci in caso di malattia?

Al momento sono a metà della gravidanza e sta andando tutto bene. Visto che l'eventuale contagio può portare anche alla polmonite, la preoccupazione non è tanto sull'infezione verticale, quanto all'ossigenazione del quale non si parla, Dovesse scendere sotto un certo livello quali conseguenze può portare al feto?

EB- Per rispondere alla prima domanda, sul sito del medico cantonale c'è proprio un documento che spiega tutte le situazioni, tra cui quella di un membro del nucleo familiare che sviluppa questa infezione. E' chiaro che a quel momento bisogna cercare che questa persona stia il più possibile isolata dal gruppo, che stia nella sua camera. Se esce non ci dovrebbero essere in giro altri membri del nucleo familiare. Lavarsi frequentemente le mani. Cercare il più possibile di non entrare in contatto con gli altri membri del nucleo familiare e questo per minimo 10 giorni, cioè fino alla fine dei sintomi e poi ancora 48 ore asintomatiche. Il tutto per almeno 10 giorni

Per quanto riguarda la signora incinta, per fortuna dai dati raccolti finora, non ci sono rischi sostanziali di una trasmissione verticale anche per la persona incinta che comunque solitamente è una persona giovane e i rischi di fare una polmonite sono estremamente bassi. Se fosse proprio sfortunata, e sviluppasse la polmonite, è chiaro che si procederebbe all'ospedalizzazione con somministrazione di ossigeno al bisogno.

Domanda: Come si deve comportare un genitore, malato di tumore con i propri figli non sapendo se hanno avuto il virus in modo asintomatico?

EB- Non finirò mai di dirlo, le persone asintomatiche, hanno un basso rischio di trasmissione Ma se si ha a che fare con una persona vulnerabile, che ha un tumore, bisogna tenere le necessarie distanze. Quindi aiuterà la persona il tenerla a distanza. Per esempio se si fa la spesa, la si porta e la persona vulnerabile la ritira. In fondo più che mantenere le distanze, è difficile fare altro, per preservare la salute delle persone più e a rischio.

Domanda: Oltre il settanta per cento delle persone decedute, soffrivano anche di ipertensione. Io la curo da anni con medicinali, sono a rischio particolare?

EB- L'ipertensione si è dimostrata molto chiaramente, come fattore di rischio e anche qui la ragione non è compresa al momento. Sui medicinali per l'ipertensione c'è stato un dibattito abbastanza a lungo, sul fatto che chi utilizza i cosiddetti inibitori ace o sartani, potrebbe avere rischio superiore o rischio inferiore di contrarre questa infezione. La conclusione è che il vantaggio di una terapia antiipertensiva è superiore al non prendere questi farmaci. Alla luce delle conoscenze attuali, non c'è ragione di interrompere dei farmaci anti ipertensivi o di sostituirli con altri farmaci. Il fatto di avere l'ipertensione come malattia sottostante, potrebbe aumentare il rischio di contrarre l'infezione, Ragione in più in questo caso' per restare a casa,

Aiuto psicologico

Domanda: Come comportarsi con persone anziane che sono in casa di riposo per spiegare loro cosa è il coronavirus.

MC- Avere dei nonni è tra le esperienze più importanti nella vita di un individuo. Negli anziani più che delle crisi d'ansia possono svilupparsi delle crisi depressive, specie per chi è isolato (a) e il timore è che si lascino andare, anche perché la dimensione della temporalità è ancora più densa. Bisogna continuamente motivarli, aiutarli, usare i dispositivi elettronici, farli sentire vicino a noi. Ho sentito dire, nella mia sala d'aspetto, "*tanto siamo alla fine della nostra vita*"! Non lo neghiamo, ma figli e nipoti hanno il diritto di averli ancora con sé.

Domanda: Ai miei figli, uno alle elementari uno alle medie, come gli racconto tutta questa faccenda?

MC- La situazione è stata talmente dirompente che ha sconvolto gli equilibri familiari e sconvolto alcune relazionali preesistenti. Parlare con bambini molto piccoli è diverso che farlo con degli adolescenti. Quanto si parla con una persona in età evolutiva bisogna ricordarsi prima di tutto di utilizzare un linguaggio accessibile rispetto all'età. Per un bambino di sei anni non userei metafore astratte, ma aspetti concreti. ("*In questo momento tante persone hanno la tosse e il raffreddore e il dottore ci ha detto di rimanere a casa*"). Dopo lasciamo spazio alle domande e ai

dubbi, però ricordiamo che, anche se piccolo, il bambino ha diritto di sapere perché è a casa e non può vedere i nonni e gli amici

Domanda: Il telegiornale glielo facciamo vedere?

MC- Dipende dall'età. E' importante farlo vedere agli adolescenti, bisogna provare a spiegare loro cosa accade guardando e ascoltando organi d'informazione affidabili insieme, in modo che si possa rispondere ad eventuali domande. Se non lo facciamo, l'adolescente va comunque a cercarsi l'informazione su internet, trova delle risposte che sono assolutamente inadeguate. Ricordiamo che Umberto Eco ha detto che "*internet ha dato la parola agli imbecilli*". Quindi è meglio accompagnarli e non lasciarli all'anarchia di internet.

Domanda: come sconfiggere l'ansia?

MC- E' importante distinguere tra quello che è ansia e ciò che è angoscia. L'ansia è caratterizzata da una sensazione di paura che abbiamo tutti, però l'angoscia è diversa perché è meno specifica e non è una paura assolutamente individuabile. La differenza sta nel fatto che chi è ansioso riesce a mantenere un esame di realtà a riferirsi ai dati di fatto, mentre chi invece confluisce nell'angoscia fa prevalere proprio aspetti personali, per esempio l'ipotesi che il virus possa avere origini di chissà quale tipo. E' poi questo che genera l'isteria di massa.

