

CORONAVIRUS: COME SI TRASMETTE E COME POSSIAMO PROTEGGERCI?

Tra la fine del 2019 e l'inizio del 2020, è emerso un nuovo rischio per la salute dell'uomo, che ha fatto scattare l'allarme a livello internazionale. Stiamo parlando del **Coronavirus (2019-nCoV)**, un nuovo ceppo di coronavirus che non è stato mai identificato nell'uomo prima del 31 dicembre dello scorso anno, quando nella città di Wuhan, nella Cina centrale, le autorità sanitarie hanno notificato un focolaio di casi di **polmonite ad eziologia ignota**. In poche settimane, il virus si è diffuso velocemente, tanto che sarebbero complessivamente 71.333 i **casi confermati** in laboratorio di infezione da 2019-nCoV, di cui 1.775 decessi, stando ai più recenti [dati](#) pubblicati dal Centro europeo per la prevenzione e il controllo delle malattie (ECDC) del 17 febbraio.

Nonostante la situazione sia in continuo e rapido sviluppo, cerchiamo di capire quali sono i **rischi del coronavirus per l'uomo**, i sintomi, la diagnosi e, soprattutto, **come fare per proteggersi**, stando ai rapporti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (Oms) e dell'Istituto Superiore di Sanità (Iss).

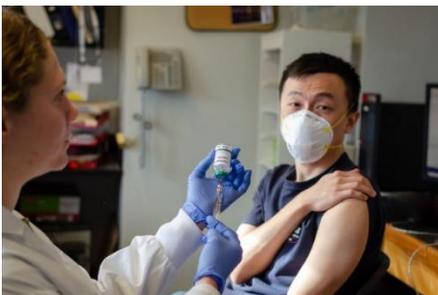
COSA SONO I CORONAVIRUS

Scoperti a metà degli anni Sessanta, i coronavirus (CoV) sono una serie di **virus respiratori** appartenenti alla famiglia delle *Coronaviridae*, che possono causare diverse malattie di gravità crescente: dal lieve e comune raffreddore si può arrivare a patologie più pericolose come la **MERS** (*Middle East respiratory syndrome*, ossia sindrome respiratoria mediorientale) o la **SARS** (*Severe acute respiratory syndrome*, ossia sindrome respiratoria acuta grave). Il loro nome deriva dalla particolarità della loro forma al microscopio: la loro superficie si presenta cosparsa di caratteristiche punte che ricordano, appunto, una corona.

Questa tipologia di virus è piuttosto **comune negli animali**, soprattutto mammiferi e uccelli. In alcuni casi, tuttavia, è possibile che alcuni di essi si evolvano e, di conseguenza, infettino l'uomo, come è avvenuto nel 2002, sempre in Cina, quando il virus SARS-CoV è stato trasmesso dagli zibetti agli uomini, oppure dieci anni dopo, in Arabia Saudita, quello MERS-CoV dai dromedari agli uomini.

Ad oggi, i **coronavirus umani conosciuti sono sette**, compreso quello appena identificato in Cina.

CORONAVIRUS 2019-NCOV: FACCIAMO IL PUNTO



Come abbiamo detto, il primo caso è stato identificato nella città di Wuhan a dicembre dello scorso anno, e sembra che il primo contagio sia avvenuto al *Wuhan's South China Seafood City market*, il mercato del pesce cittadino. Il 9 gennaio 2020 l'Oms ha riportato pubblicamente che le autorità sanitarie cinesi avrebbero identificato un nuovo ceppo di coronavirus, mai identificato prima nell'uomo, confermando anche la **trasmissione inter-umana del virus**. Sulla sua origine non ci sono ancora risposte certe, e serviranno approfonditi studi epidemiologici per fare luce su questo aspetto.

Il 30 gennaio, dopo il secondo Comitato di sicurezza, il focolaio internazionale da nuovo coronavirus 2019-nCoV è stato [dichiarato](#) un'"**emergenza di sanità pubblica di rilevanza internazionale**" (*Public Health Emergency of International Concern – PHEIC*) dal Direttore Generale dell'Oms, come sancito nel [Regolamento Sanitario Internazionale](#). Il rischio, quindi, è passato da «moderato» a «elevato».

SINTOMI E DIAGNOSI: COME RICONOSCERE IL CORONAVIRUS 2019-NCOV

I sintomi da infezione da coronavirus 2019-nCoV **sono poco specifici** e, nei casi non gravi, piuttosto comuni. Riconoscerli, quindi, è alquanto complesso, dal momento che l'infezione si manifesta similmente ad altre che colpiscono le vie respiratorie. Inoltre, non aiuta il fatto che stia viaggiando di pari passo con la **normale influenza stagionale**, prossima al suo picco. Ad ogni modo, l'Iss ha rilasciato una [lista](#) di alcuni sintomi indotti solitamente dai coronavirus umani comuni, quali:

- naso che cola
- mal di testa
- tosse
- gola infiammata
- febbre
- sensazione generale di malessere

Nei casi più gravi, invece, l'infezione può causare l'insorgere di **difficoltà respiratorie**, patologie come **polmonite o bronchite**, insufficienza renale, fino ad arrivare ai casi estremi di SARS e MERS, e addirittura la morte. Per quanto riguarda il tempo di incubazione – quindi, il tempo che incorre tra l'infezione e la manifestazione dei sintomi – si è stimato variare dai due ai dieci giorni.

COME SI TRASMETTE?

È stata **confermata la trasmissione da uomo a uomo**, ma le modalità e la portata sono ancora tutte da chiarire. Infatti, come abbiamo specificato, la fonte originaria dell'infezione non è nota (potrebbe essere ancora attiva), e di conseguenza sono necessari ulteriori studi e approfondimenti. Dunque, gli esperti hanno valutato il comportamento dei coronavirus umani già conosciuti: come riporta l'Iss riguardo alla [trasmissione e prevenzione](#), questi si trasmettono dopo uno **stretto contatto con un paziente infetto** – soprattutto in ambito familiare o sanitario – attraverso:

- saliva, tramite tosse o starnuti
- contatti diretti personali, come toccare o stringere la mano e portarla alle mucose (ad esempio, occhi e bocca)
- toccando prima un oggetto o una superficie contaminati dal virus e poi portandosi le mani (non ancora lavate) sulla bocca, sul naso o sugli occhi
- contaminazione fecale (raramente).

Inoltre, secondo uno [studio](#) pubblicato su *The Lancet* condotto su una famiglia di sei componenti, è emerso che il coronavirus potrebbe anche essere trasmesso da **pazienti asintomatici**: si tratta di persone infette che non mostrano però alcun sintomo tipico della malattia e che potrebbero contagiare di conseguenza altre persone inconsapevolmente, com'è accaduto nella famiglia soggetta a studio. Infatti, pare che il virus sia passato da un parente malato agli altri componenti, ma soltanto due avevano avuto contatti diretti con il paziente infetto iniziale. Questo comportamento del virus, tuttavia,

era prevedibile: infatti, come [conferma la virologa Ilaria Capua all'ANSA](#), il 2019 n-CoV si comporta come tutti gli altri virus e che sono necessari ulteriori studi su più ampia scala.

Il tasso di mortalità del nuovo coronavirus è stimato dall'Oms attorno al 2%, contro una precedente stima del 3%. Tuttavia, l'effettiva valutazione del rischio occorre un contesto più ampio e una raccolta di ulteriori dati.

CATEGORIE A RISCHIO

In generale, le categorie più a rischio sono:

- bambini

- anziani
- persone che presentano ipertensione, disturbi cardiaci, diabete, disturbi epatici e malattie respiratorie

Tuttavia, i dati a disposizione sono **ancora troppo limitati** per capire con sicurezza quali sono i gruppi di persone che potrebbero quindi mostrare un esito più grave in caso di infezione con il 2019-nCoV.

PREVENZIONE E TRATTAMENTO



La domanda principale è, quindi, come possiamo proteggerci? Come abbiamo detto sopra, si tratta di una malattia pressoché ancora sconosciuta: dunque, **non esiste ancora un vaccino né un trattamento specifico generico**, perché bisogna basarsi sui sintomi del singolo paziente. La prevenzione, quindi, rimane il modo migliore per evitare l'infezione. A questo proposito, l'Oms ha pubblicato una serie di [raccomandazioni per ridurre il rischio di infezione e di trasmissione](#), proteggendo sia se stessi sia gli altri, similmente a quelli riportati anche dall'Iss. Vediamo quali sono le buone pratiche da applicare.

- **Lavarsi frequentemente le mani** usando un detergente a base alcolica o con acqua e sapone per almeno 20 secondi.
- **Starnutire o tossire in un fazzoletto** o con il gomito flesso; gettare i fazzoletti utilizzati in un cestino chiuso immediatamente dopo l'uso e lavarsi le mani.
- Evitare di toccare gli occhi, il naso o la bocca con mani non lavate.
- Evitare contatti ravvicinati con persone che presentano febbre o che mostri sintomi di malattie respiratorie, soprattutto tosse e starnuti.
- In caso di febbre, tosse e generali difficoltà respiratorie, consultare immediatamente il medico e condividere la storia di viaggio precedente, se si sono compiuti spostamenti in aree considerate a rischio.
- In caso di manifestazione di sintomi, rimanere a casa.
- Se si visitano mercati di animali vivi in aree che presentano casi di coronavirus 2019-nCoV, evitare il contatto diretto non protetto con gli animali e con superfici che sono state a contatto con essi.
- Non consumare prodotti animali crudi o poco cotti, frutta e verdura non lavate accuratamente e bevande non imbottigliate.
- Pulire e disinfettare sempre oggetti e superfici che potrebbero essere state contaminate.

Inoltre, non si dovrebbe viaggiare nelle [aree a rischio](#), a meno che non sia strettamente necessario. In caso contrario, si raccomanda di **sottoporsi a un vaccino antinfluenzale** almeno due settimane prima del viaggio: in questo modo, si semplificheranno i controlli e la diagnosi.

MASCHERINE: SÌ O NO?

In questi ultimi giorni, sono tante le persone che si sono procurate delle mascherine chirurgiche da indossare e proteggere così la zona del naso e della bocca, generando una vera e propria "caccia", che ha portato moltissime farmacie e presidi sanitari a terminare tutte le scorte. Tuttavia, c'è da chiedersi: **è sicuro indossare le mascherine?** Cosa dicono gli esperti al riguardo?

Innanzitutto, bisogna specificare che **né l'Oms né i singoli organi nazionali hanno mai consigliato l'impiego di mascherine**: al contrario, hanno indicato l'adozione di altre precauzioni da considerare

come prioritarie (quelle che abbiamo riportato sopra). Come compare su un'infografica sul sito dell'Iss, l'uso della mascherina è consigliato se:

- se si hanno sintomi di malattie respiratorie, come la tosse;
- se si sta prestando assistenza a persone che presentano sintomi di malattie respiratorie;
- se si è un operatore sanitario e si ha a che fare con persone infette o che manifestano tali sintomi.

Nuovo coronavirus (2019-nCoV)

COSA SAPPIAMO AD OGGI / 1 FEB. '20



Dobbiamo indossare la mascherina?

Sì, se hai sintomi di malattie respiratorie, come tosse e difficoltà respiratorie

Sì, se stai prestando assistenza a persone con sintomi di malattie respiratorie

Sì, se sei un operatore sanitario e assisti persone con sintomi di malattie respiratorie

Non è invece necessaria per la popolazione generale in assenza di sintomi di malattie respiratorie



www.epicentro.iss.it/coronavirus/

Mentre gli esperti sottolineano che “**non è necessaria per la popolazione generale** in assenza di sintomi di malattie respiratorie”.

La mascherina che si trova in commercio con più facilità è quella **medico-chirurgica**: agganciabile alle orecchie con una banda elastica, è composta da strati di tessuto-non-tessuto che vanno a formare una barriera impenetrabile alle goccioline (ma **permeabile all'aria**). Come riporta un articolo del [The New Scientist](#), le criticità di questa tipologia di maschera sono parecchie, perché:

- **non aderisce perfettamente al volto**, lasciando quindi scoperte delle fessure laterali e la zona degli occhi, mucosa con cui il coronavirus potrebbe entrare in contatto.
- è **poco efficace contro le sospensioni fini** sotto forma di aerosol e pulviscolo, su cui viaggia il virus

- è un accorgimento pensato più per proteggere le altre persone piuttosto che chi la sta indossando.

Infine, un altro problema sta nel loro scorretto utilizzo da parte della popolazione in generale al di fuori degli ambienti sanitari: in primo luogo, sono **monouso** e quindi andrebbero gettate una volta rimosse e **mai riutilizzate**; in secondo luogo, spesso le persone le rimuovono momentaneamente a causa di fastidi o pruriti, e vanno a toccarsi naso e bocca portando contaminanti e rendendo del tutto inefficace il loro uso.

CORONAVIRUS, COME COMPORTARSI? I CONSIGLI DEGLI ESPERTI

La diffusione del nuovo coronavirus è lontana dall'essere risolta, ed è previsto un aumento dei casi nelle prossime settimane. Tuttavia, si raccomanda di mantenere la calma prestando però attenzione: è opportuno **seguire le indicazioni riportate dagli organi ufficiali**, come l'Oms e il Ministero della Salute, che ha messo a disposizione un [portale](#) dedicato e un numero utile da contattare in caso di dubbi o domande. Evitare i viaggi in aereo non è necessario, purché si escludano le aree a rischio.

In conclusione, per una efficace prevenzione gli esperti consigliano di **rispettare le norme igieniche-sanitarie**, come lavarsi spesso le mani ed evitare di toccare la zona occhi-naso-bocca, gesti semplici ma fondamentali per combattere il contagio.

04 Febbraio 2020 Alessia Rossi

Dal Blog di Unisalute

Fonti:

epicentro.iss.it

ecdc.europa.eu

who.int

<http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>