

STARE INSIEME IN SICUREZZA, ISTRUZIONI PER L'USO

di Guido Castelli Gattinara



Nell'ultimo anno e mezzo siamo stati sconvolti dalla diffusione pandemica del nuovo Coronavirus SARS-CoV-2, dalla sua contagiosità, dalla capacità di farci ammalare e morire in una maniera che non ha avuto precedenti nell'ultimo secolo.

Rapidamente la scienza medica ha identificato **quei comportamenti che era necessario adottare per limitarne la diffusione** e con eccezionale velocità ha messo a punto nuovi ed efficaci vaccini per proteggere la popolazione. Per rallentare la trasmissione del contagio e ridurre il numero di casi gravi di COVID-19 si è provveduto a **distanziare le persone, isolare i contagiati, utilizzare sempre mascherine protettive e igiene delle mani**, strumenti certamente efficaci ma che

hanno comportato alti livelli di sofferenza, specie nei ragazzi e nei bambini che della socialità e dello stare insieme hanno un vitale bisogno. Questo pesante impegno nel distanziamento sociale, la rinuncia ai viaggi e ai momenti di convivialità, insieme alla vaccinazione di massa, hanno consentito **un forte rallentamento dell'epidemia**. A questo è immediatamente seguita la speranza di poter riprendere una 'vita normale'. Infatti, oggi che la sofferenza dell'isolamento sembra volgere verso la fine, da più parti sorge la domanda: la protezione dei vaccini e la minor diffusione del virus è sufficiente a permetterci di riprendere la vita sociale, poterci divertire insieme, riabbracciare i nostri cari e andare in vacanza?

Una nuova fase

Siamo infatti sulla soglia di una seconda fase, nella quale - pur restando alta la preoccupazione - c'è molta voglia di tornare alla vita di tutti i giorni, a una nuova "normalità". Tutti, in questi giorni difficili di quarantena, abbiamo pensato almeno una volta a che cosa fare «dopo». I primi desideri per il dopo crisi sono quelli di abbracciare i familiari, visitare i nonni, stare con i propri amici, conoscerne di nuovi e tornare a viaggiare.

La possibilità di riprendere una vita sociale è legata prevalentemente a due fattori, tra loro correlati: la riduzione della circolazione del virus e il numero delle persone completamente vaccinate, cioè coloro che hanno completato il ciclo vaccinale da almeno 2 settimane.



DUE STRADE PER LA RIPRESA DELLA VITA SOCIALE



Riduzione della circolazione del virus



Aumento del numero di persone completamente vaccinate

Certamente un grande vantaggio verrà dalla vaccinazione dei giovani e dei ragazzi. **Da maggio 2021 anche gli adolescenti oltre i 12 anni si possono vaccinare**, con grande vantaggio per loro e per le loro famiglie. Più persone sono vaccinate, meno il virus è in grado di circolare e trasmettersi. Quando quasi tutta la popolazione sarà vaccinata otterremo la protezione cosiddetta di 'gregge': quella che gli animali utilizzano per proteggersi difendendosi tra loro, proprio perché riuniti in gruppo. Chi è circondato da persone immuni è protetto e non potrà prendere il virus da loro. Questo aspetto è particolarmente valido per i giovani, che giustamente amano stare insieme, fare nuove amicizie, stare vicini. Più i giovani saranno vaccinati più saremo protetti tutti.

Le raccomandazioni per chi è vaccinato

Bisogna considerare che un numero crescente di prove scientifiche ha dimostrato che le persone che sono state completamente vaccinate, dopo 2 settimane dalla seconda dose sono protette e non si ammalano, e solo raramente si infettano con il virus SARS-CoV-2. Sembra inoltre che quei pochi che si infettano nonostante la vaccinazione presentino cariche virali così basse da essere **incapaci di trasmettere il contagio** alle persone non vaccinate con cui vengono in contatto. Per queste ragioni le Autorità di controllo sanitario europeo e statunitense

(ECDC e CDC) si sono pronunciate a favore di un **'allentamento'** delle **raccomandazioni** sulla distanza fisica e sull'uso di mascherine in caso di:

- persone completamente vaccinate che incontrano altri soggetti completamente vaccinati;
- persone non vaccinate che incontrano individui completamente vaccinati, sempre che non siano anziani né soggetti a rischio per altre patologie (es. immunosoppressione, altre malattie gravi, ecc).

Invece negli spazi pubblici e nei grandi raduni, ma anche durante i viaggi (aereo, treno, autobus) mascherine e distanze devono essere mantenute indipendentemente dallo stato di vaccinazione degli individui.

Il rapporto nonni e nipoti: riabbracciarci in sicurezza

Una delle carenze più sentite è legata al distanziamento tra nonni e nipoti. Ora che i nonni sono vaccinati e la diffusione dell'epidemia si è ridotta, la ripresa di questi rapporti è di particolare importanza. Sia per i nonni sia per i nipoti.

Gli anziani hanno sofferto particolarmente della privazione degli affetti, e per molti mesi. Loro rappresentano una fascia debole da accudire con attenzione anche considerando che sono spesso incapaci di utilizzare quegli strumenti informatici che i ragazzi usano attivamente e con grande facilità per restare in contatto.

I figli e i nipoti adulti e adolescenti, anch'essi vaccinati o guariti dalla malattia (o con tampone negativo nelle 48 ore precedenti) potranno riabbracciarli, così come i bambini che stanno bene. Una valutazione attenta dovrà essere fatta nel caso di nonni particolarmente fragili e di bambini e ragazzi non vaccinati. In questi casi è sempre opportuno utilizzare quelle minime precauzioni che abbiamo imparato a conoscere durante la pandemia.

Perché continuare a usare attenzioni e precauzioni?

Anche se la diffusione del Coronavirus inizia a essere meno rapida, non possiamo ancora del tutto 'abbassare la guardia' perché questo virus con le sue sempre più numerose varianti, è **ancora capace di diffondersi e causare ondate di infezioni e di morti**. Le nuove varianti, di recente quella indiana o Delta, sono due volte più contagiose del ceppo iniziale e si stanno diffondendo in Europa con una velocità molto alta.

I ricercatori più accorti continuano infatti a mandare segnali di preoccupazione e sono incerti sul futuro, avvertendo delle possibilità di ripresa di nuove ondate epidemiche.

Quindi restiamo all'aperto, riabbracciamoci con attenzione, manteniamo le mascherine se ci troviamo in un ambiente chiuso e quando non siamo certi che tutti coloro che contattiamo siano vaccinati e protetti.

Tuttavia, l'estate appena iniziata – grazie alle vaccinazioni – si prospetta più serena e per i giovani e gli adolescenti c'è la speranza di poter ricominciare a stare insieme, divertirsi e viaggiare con una sempre maggiore tranquillità.

LE 3 REGOLE D'ORO DELLA PREVENZIONE



Usare le mascherine



Lavarsi le mani



Arieggiare i locali o vedersi all'aperto

