

Ci troviamo in una fase di crescita del virus È importante essere accorti e fare i tamponi

I consigli

● Crescono gli attuali positivi da Covid-19. Secondo l'ultimo bollettino settimanale del ministero della Salute (aggiornato al 13 dicembre) sono 224.605 i positivi, 5.030 in più rispetto al giorno prima

● Per prevenire la trasmissione del virus è importante mantenere una corretta igiene delle mani, portare sempre con sé la mascherina, da indossare nei luoghi affollati, e ventilare gli ambienti

● Per i positivi, l'obbligo di isolamento è terminato a agosto 2023, ma il ministero della Salute ha indicato i comportamenti da osservare in caso di positività: indossare la Ffp2 (per evitare di infettare altre persone) e evitare il contatto con persone fragili, immunodepresse, donne in gravidanza, oltre a frequentare ospedali e residenze per anziani

di **Ilaria Capua**

Sono certa che molti lettori conoscano più di qualcuno che in questi giorni «è a casa con il Covid». Fin qui, niente di eccezionale: i virus si comportano da virus, specialmente se noi li ignoriamo e continuiamo a non mettere in pratica anche le minime attività necessarie per ridurre il contagio.

Nell'inverno i virus ci stanno comodi. D'altronde in laboratorio vengono conservati in frigorifero o in congelatore e questo non riguarda soltanto il Sars CoV2 ma anche l'influenza, il virus respiratorio sinciziale e molti altri come i Norovirus, quelli che provoca-

no sintomi violenti di vomito e di diarrea che durano circa 24 ore e li lasciamo come se avessi fatto un giro di centrifuga nella lavatrice. L'inverno — ed il periodo natalizio in particolare — portano con sé dei fattori di rischio: si sta più al chiuso, ci si vede di più con parenti e amici che vengono da lontano e si mangia e si festeggia in compagnia.

I nostri nonni

Il Covid non è certo più quel mostro sconosciuto degli anni passati, in quattro anni è cambiato lui e siamo cambiati noi. Lui fa tutto quello che può per evadere le nostre difese immunitarie, e così continuerà a fare negli anni a venire. Noi, ormai immuni a macchia di leopardo, non vogliamo più saperne, e facciamo fatica anche a spingere affinché vengano rivaccinati i nostri nonni, la categoria più a rischio di finire in ospedale, se non in terapia intensiva.

Purtroppo i numeri sono numerosi e a qualcuno capiterà di ammalarsi in modo grave e rovinare le feste a se stesso ed alla famiglia. Ognuno però crede che capiterà a qualcun altro, e non ai propri cari. In questa fase di amplificazione



* Il bollettino è settimanale, i nuovi dati saranno pubblicati oggi

<p>Totale somministrazioni vaccini anti Covid-19 145.134.032 (dal 27 dicembre 2020 al 24 settembre 2023)</p>	<p>Totale somministrazioni di richiamo con XBB 1.5 1.459.547 (al 14/12/2023)</p>	<p>Dosi successive fino al 24/9/2023</p> <p>40.494.455 Dose addizionale / richiamo (booster)</p> <p>6.731.575 Booster immuno / 2ª dose booster</p> <p>527.680 3ª dose booster</p>
--	--	---

Fonte: Ministero della Salute

Corriere della Sera

Covid, proteggiamo le nostre feste

Dalle mascherine da portare con sé alle finestre aperte 4 dita, i consigli anti contagio

La virologa



Ilaria Capua, virologa, 57 anni, è senior fellow di Global Health alla Johns Hopkins University - SAIS Europe, e courtesy professor e direttore emerito dell'One Health Center of Excellence dell'Università della Florida. È stata deputata dal 2013 al 2016.

del contagio ognuno di noi, però, può fare in modo che il virus trovi almeno qualche porta chiusa a fronte della sua circolazione.

Luoghi chiusi

Non voglio convincervi che bisogna rimettere le mascherine ma a portarselo dietro sì. Possono capitare situazioni imbarazzanti nelle quali si è seduti vicino a persone che tossiscono o mostrano sintomi di una infezione respiratoria, per esempio in treno o in aereo oppure in altri luoghi chiusi e affollati. E così non ci mangiamo le mani per non avere portato con noi una protezione.

Ogni volta in cui ci si trova a dover stringere le mani a



Perché fare i test. Essere consapevoli e non portare in giro l'infezione è un esercizio di responsabilità civile: mi sembrerebbe del tutto inopportuno dimenticarsene proprio adesso

te persone, prima di mettervi a tavola o di mangiare il finger food, per piacere andate a lavarvi le mani. E poi l'ultimo consiglio semplice, visto che ahimè questo inverno sarà probabilmente il più caldo mai registrato: apriamo le finestre per piacere. Basta poco — anche aprirle a dita per permettere all'aria di muoversi e soprattutto di ricambiarsi. Questo vale non solo per i raduni e le libagioni natalizie ma ovunque. A scuola, in palestra, in ufficio ma anche in auto quando si viaggia con persone che non appartengono al nucleo familiare.

I medici

Infine, se ci si dovesse ammalare, sapere se è Covid oppure no è importante al di là della sintomatologia clinica e non è un esercizio inutile. Stiamo imparando a conoscere il Long Covid e dobbiamo studiarlo bene, così come abbiamo studiato la malattia nella sua manifestazione acuta. Farsi un tampone, e conoscere la causa di quell'infezione, è importante per chi si ammalava e deve essere una informazione disponibile al medico di famiglia che lo inserirà nella storia clinica del paziente. Inoltre, essere consapevoli e non portare in giro l'infezione è un esercizio di responsabilità civile che conosciamo: mi sembrerebbe del tutto inopportuno dimenticarsene proprio adesso.

© RIPRODUZIONE RISERVATA