

MODULO 1:

CORONAVIRUS: COS'E' - TRASMISSIONE- CONTAGIOSITA' - INCUBAZIONE

1. CHE COS'E' IL CORONAVIRUS?

L'odierna epidemia denominata COVID-19 è causata da un virus (SARS-COV-2) che è stato individuato ad inizio gennaio in Cina e che è stato identificato come appartenente alla famiglia dei corona virus.

Il virus provoca severi disturbi respiratori che includono la polmonite. Come tutti i virus, ha bisogno delle cellule degli esseri viventi per moltiplicarsi. Questo virus sembra prendere di mira le cellule dei polmoni e, verosimilmente, altre cellule del sistema respiratorio provocando malattie respiratorie, compresa la polmonite. Le cellule infettate dal virus produrranno altre particelle di virus che possono essere diffuse tramite la tosse, ad esempio, e trasmesse ad altre persone.

Il Covid-19 è una nuova malattia e le informazioni a riguardo sono in costante evoluzione: non sorprenderti se le informazioni che ricevi dal telegiornale o dagli esperti scientifici cambiano con il passare del tempo.

2. QUANTO È PERICOLOSO IL CORONAVIRUS?

La comprensione dei vari aspetti di questa nuova malattia è in continua evoluzione. Molte persone infettate dal virus non svilupperanno sintomi; altre avranno sintomi solo molto lievi.

Le ultime stime valutano che intorno all'80% delle persone infette sviluppano sintomi da lievi a moderati (febbre e tosse); intorno al 15% sviluppano sintomi severi (difficoltà a respirare e respiro corto), e intorno al 5% diventano pazienti critici (insufficienza polmonare, shock settico, insufficienza di organi e rischio di morte).

La malattia sembra essere più pericolosa per le persone anziane e per le persone che soffrono di patologie pregresse (in Italia, il 95% delle persone decedute per il COVID-19 avevano più di 60 anni e più del 96% presenta almeno una patologia pregressa¹).

3. COME SI TRASMETTE IL COVID 19?

Il COVID 19 si diffonde da persona a persona tramite goccioline infette.

Le goccioline sono piccole gocce di secrezione delle vie respiratorie che vengono diffuse tramite la tosse, gli starnuti o il semplice fatto di parlare a distanza ravvicinata e possono entrare nel corpo umano tramite la bocca, il naso o gli occhi.

Il contagio può avvenire tramite la respirazione di goccioline infette o se si tocca con la mano una superficie sulla quale sono cadute alcune goccioline e si toccano poi gli occhi, la bocca o il naso.

¹ Dati ISS al 20 aprile

Il virus si può diffondere a partire da persone infette che presentano sintomi ma anche da persone infette ma asintomatiche e anche persone senza più sintomi guarite clinicamente (la durata della contagiosità non si conosce ancora, ma è verosimile che sia di 10 giorni-due settimane).

VIE DI TRASMISSIONE:

- PERSONA-PERSONA: tosse, starnuti, parlando
- SUPERFICI INFETTE: dalla mano a: bocca, naso, occhi (ricordiamo che non sappiamo quanto tempo il virus resta sulle superfici, sulla plastica sembra fino a 3 giorni)

In alcuni casi, il virus è stato isolato dalle feci dei pazienti infetti. Non si sa se il contatto con le feci infette possa essere una ulteriore via di trasmissione. Normalmente le malattie respiratorie non si tramettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto fra alimenti crudi e cotti.

Studi sono in corso per comprendere meglio le modalità di trasmissione del virus.

4. CHI È MAGGIORMENTE CONTAGIOSO?

La contagiosità di un determinato soggetto è elevata specialmente durante la fase sintomatica, mentre un soggetto asintomatico è molto meno contagioso.

ASINTOMATICO: Il periodo di maggiore contagiosità va da 24 a 48 ore prima dell'inizio dei sintomi. In questa finestra temporale la persona è contagiosa.

SINTOMATICO: La persona è molto contagiosa indipendentemente dalla severità dei sintomi.

CONVALESCENTE: Significativa riduzione della contagiosità dopo i primi giorni di sintomi, ma ancora possibile la trasmissione.

Tuttavia, non si sa quanto gli asintomatici possano contribuire alla diffusione del virus. È **perciò prudente adottare tutte le misure di isolamento necessarie per prevenire il contagio all'interno della famiglia ANCHE nel caso di soggetti asintomatici (sia nel caso di un contatto ravvicinato con un caso in attesa degli esami di laboratorio, o una persona che ha ricevuto la conferma di positività dal laboratorio, malgrado l'assenza di sintomi).**

5. CHI È PIU' ESPOSTO AL CONTAGIO?

- **Coloro i quali hanno contatti frequenti o prolungati con molte persone**, specialmente in spazi ristretti.
- **Lo staff che lavora nel settore della salute:** dottori, infermieri, sanitari, psicologi, fisioterapisti, ...
- **Lo staff che lavora nel settore sociale:** case di riposo, lavoratori sociali, centri per senzatetto, centri per migranti, ...

6. QUANTO È LUNGA L'INCUBAZIONE DEL VIRUS DOPO CHE SI È STATI ESPOSTI AL COVID 19?

Il periodo di incubazione in media è di 4-7 giorni e il 95% dei casi si rilevano entro i 12 giorni dal contatto con il virus. Quindi un periodo di 14 giorni è stato stabilito dall'OMS (organizzazione

mondiale della sanità) come il ragionevole periodo di quarantena che deve osservare una persona esposta al virus.

7. PER QUANTO TEMPO UNA PERSONA INFETTA È IN GRADO DI TRASMETTERE IL VIRUS?

Al momento non si conosce la risposta. Le evidenze suggeriscono che questo dipenda dalla gravità delle manifestazioni cliniche (malattia lieve o severa). Si presume che una volta che il paziente è guarito può, in alcuni casi, ancora trasmettere il virus per alcune settimane.

8. UNA VOLTA CHE SONO GUARITO, SARO' PROTETTO DAL VIRUS?

Avrai sviluppato degli anticorpi che ti proteggono dalla reinfezione.

Non è ancora chiaro quanto durerà questa protezione ma probabilmente per alcuni mesi.

APPROFONDIMENTO

Per approfondire gli aspetti medici dell'infezione, consigliamo le seguenti risorse online:

- <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/> Pagina del sito di Epicentro dell'Istituto Superiore di Sanità, risorsa utilissima per un aggiornamento sui dati epidemiologici, andamento dell'epidemia e risorse per gli operatori della salute
- <https://www.ars.toscana.it/2-articoli/4276-nuovo-coronavirus-covid-19-informazioni-buone-pratiche-raccomandazioni-per-operatori-sanitari.html>, pagina dell'Agenzia Regionale di Sanità della Regione Toscana, che riporta molte risorse online per approfondire i vari aspetti della malattia.
- <http://www.rischioinfettivo.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/196#id-229ae413551f93b9def202d5178f8f5a1>; ANIPIO_ Società Scientifica Nazionale Infermieri Specialisti Nel Rischio Infettivo, che riporta per aree tematiche indicazioni specifiche per gli operatori sanitari.
- <https://www.aniarti.it/uncategorized/risorse-covid-19/>; ANIARTI_ Associazione Nazionale Infermieri di Area critica; che contiene approfondimenti sulla gestione del paziente critico e non autosufficiente.