

MUNDO SILVIA VA ITI

2019-nCoV, derivante dalla famiglia dei coronavirus, è il responsabile della ormai pandemia attualmente in corso che ha sconvolto l'intero globo e la sua storia. Anche se questo termine, prima d'ora non era molto noto, alcuni di noi potrebbero avere già incontrato un virus appartenente ai coronavirus, in quanto, alcuni di questi, insieme ad altri virus, possono essere responsabili del comune raffreddore. Vi sono poi altre tipologie sempre appartenenti alla stessa famiglia, che causano malattie molto più gravi, come ad esempio la SARS (Severe Acute Respiratory Syndrome) che è una malattia causata da SARS-CoV che causa gravi infezioni respiratorie ed il suo attuale tasso di mortalità è stimato intorno al 10%; abbiamo poi la MERS (Middle East Respiratory Syndrome), causata dal MERS-CoV, si tratta del sesto coronavirus in grado di infettare gli esseri umani. Infine, il coronavirus appena scoperto, il 2019-nCoV, anche detto SARS-CoV-2, ha subito mutazioni genetiche ed è anche responsabile di gravi infezioni respiratorie. Ma l'aspetto più preoccupante è il fatto che i coronavirus siano virus capsulati a RNA, ciò significa che il loro genoma consiste in un filamento di RNA invece che di DNA. Ciò comporta che, durante la replicazione, si verificano mutazioni genetiche del virus che possono conferirgli nuove proprietà, come la capacità di infettare nuovi tipi di cellule o addirittura nuove specie.

L'intera umanità sta affrontando una situazione estremamente drammatica e a dir poco surreale: la spontaneità ha fatto spazio alla diffidenza, alla paura. Sin dai primi giorni dell'epidemia, la Cina ha subito condiviso tutte le proprie conoscenze e, in seguito, ha provveduto alla stesura di un manuale scritto in un linguaggio accessibile a tutti per informare e diffondere suggerimenti e conoscenze fondamentali. Questa guida, scritta a cura di Wang Zhou, con la collaborazione di esperti che hanno affrontato l'epidemia di polmonite da coronavirus (COVID-19) nella città di Wuhan, in Cina, contiene molte informazioni e suggerimenti a dir poco vitali, in questo momento, per l'umanità.

Ognuno di noi è costretto a rinunciare alle proprie abitudini e a vivere segregato in casa con il terrore che una persona cara possa ammalarsi. Rimanere chiusi in casa per il rispetto delle misure di sicurezza al fine di ostacolare il contagio diventa allora un gesto d'amore per tutta l'umanità e non ci resta quindi che ripensare alla nostra visione della realtà ribaltando necessariamente la nostra scala di priorità. Il ritorno alla nostra interiorità diventa dunque inevitabile. D'altronde, forse non ce ne siamo resi conto, ma sin da subito, la quarantena ha avuto dei riscontri altamente positivi sull'ambiente, in quanto, questa, non solo riduce il contagio da COVID-19 ma ha favorito

notevolmente la riduzione di emissioni di inquinanti che surriscaldano il nostro pianeta. L'assenza di contatti fisici ha determinato un aumento nello scambio di informazioni virtuali, utili sicuramente per quanto riguarda il lavoro e lo studio. Migliaia di persone possono continuare a lavorare da casa grazie allo *smart working*: il telelavoro è, infatti, il giusto compromesso tra il rispetto delle misure di prevenzione contro il virus (evitare gli ambienti affollati ed i mezzi pubblici di trasporto) e la continuità dell'attività lavorativa. Lo stesso vale per lo studio: noi studenti possiamo continuare a seguire le lezioni in aule virtuali grazie all'uso di piattaforme. Certo, la didattica a distanza non potrà mai sostituire la scuola vera ma, d'altro canto, questa pandemia sta consolidando l'unione e la complicità tra alunni e professori, tra cittadino e cittadino. Solo abbattendo differenze culturali, sociali ed educative, lavorando attivamente ed aiutandoci reciprocamente si può sperare che questa parentesi buia della nostra storia rimarrà presto un lontano ricordo.

CELICO ANTONIO VA ITI

Purtroppo, ci troviamo a vivere un periodo preoccupante a causa di un pericoloso coronavirus in circolazione e delle sue nefaste conseguenze. I casi positivi al COVID-19, oggi, sono in continuo aumento anche rispetto alla SARS, l'epidemia originata da un altro coronavirus in Guangdong nel 2003, quindi non possiamo trascurare l'alto tasso di mortalità. Divulgando informazioni, la popolazione può percepire il grado di rischio e le conseguenze che si possono avere in seguito ad un contagio da COVID-19, ma allo stesso tempo tranquillizzano, ogni singola persona, perché la conoscenza di come si può evitare la trasmissione (per via aerea, per contatto diretto ed indiretto) rispettando semplici regole come lavarsi frequentemente le mani sotto acqua corrente, con sapone o antibatterico, evitare di toccarsi il viso (occhi, naso e bocca), evitare luoghi affollati e quando si esce (solo per motivi di salute, per lavoro o per fare la spesa) è necessario l'utilizzo della mascherina in quanto ha lo scopo di ridurre la trasmissione tramite *droplet* (goccioline). Informazioni sui virus e nello specifico sui coronavirus, come, la struttura, la loro forma e come vengono classificati potrebbero essere utili ed interessanti come anche conoscere quali animali sono portatori ed in che modo possono trasmettere il virus all'uomo. Importante, per preservare le difese immunitarie, è alimentarsi correttamente (tanta frutta e verdura), non assumere alcolici e non fumare. Il manuale da noi letto parla anche di come ci dobbiamo comportare in caso di comparsa di sintomi quali tosse, raffreddore e febbre: non serve recarsi al pronto soccorso o presso gli studi medici ma chiamare il numero verde regionale ed in casi di necessità il 112 e/o il 118. Se in famiglia si sospetta qualcuno sintomatico bisogna limitare i movimenti di questo in casa

(deve essere ben ventilata) ed i contatti con i familiari, inoltre, bisogna mantenere un alto livello di igiene generale sia degli ambienti che personale.

Molta gente, non sapendo come ci si deve comportare o come affrontare un'epidemia, inizia a provare ansia, paura, panico e reagendo male si potrebbero avere gravi conseguenze, per questo, bisogna calmarsi, rilassarsi e adeguarsi alla situazione attuale, potrebbe sembrare difficile ma non lo è; dobbiamo concentrarci ed affrontare il problema tutti insieme solo così riusciremo a cavarcela ed a ritornare a stare insieme.

Io non posso prevedere come andrà a finire, ma spero in un futuro migliore e che si trovi al più presto un vaccino o un farmaco per fermare questa catena di innumerevoli morti che rimarranno nella memoria collettiva e quindi segnati nella storia.

SIMONE PITTELLI IV A ITI

"In un momento in cui l'unica barriera al diffondersi del contagio è il comportamento e la responsabilità di noi cittadini, la diffusione di notizie false è un virus pericolosissimo" (ROBERTO BURIONI, medico professore di microbiologia e virologia).

Precauzione non solo per limitare il contagio da COVID-19, ma anche come arma contro la disinformazione. Stiamo parlando di una vera malattia contagiosa; la sua mortalità non è trascurabile, considerando la capacità di trasmissione "da uomo a uomo" che è un continuo crescere. Il virus viene trasmesso, principalmente, attraverso goccioline aspirate ma non solo, anche attraverso il contatto con oggetti contaminati, questo vuol dire che in ogni luogo, in ogni momento, bisogna essere vigili e cercare di prevenire il contagio. Ciò non vuol dire che, nonostante si seguano tutte le prevenzioni adatte al caso, si è immuni al virus perché questo non conosce confini, razza, sesso ed età. Purtroppo, questo virus non riguarda solo la salute ma il sistema politico, economico, sociale e culturale, senza trascurare, ovviamente, gli effetti sulla mentalità dell'uomo. Bisogna adattare le proprie abitudini, agire con cautela e distrarci dal momento, altrimenti prevalgono l'ansia e la paura. Stare sempre in tensione non aiuta la mente, non aiuta le persone vicine, non aiuta a superare questo momento. In ambito lavorativo, non essere informati su questo virus comporta maggiori rischi di contagio, soprattutto per quei lavoratori che aiutano a far andare avanti il Paese, in particolare, medici ed infermieri. L'informazione è l'arma giusta per contenere il virus. Lo sviluppo e la diffusione di questa malattia contagiosa si dice che sia stata provocata da diversi animali selvatici. In realtà, secondo me, il

colpevole è solo l'uomo per la sua voglia di alterare la natura, ma anche la scarsa igiene e le cattive abitudini alimentari hanno permesso ancora una volta la tragedia. In conclusione, vorrei che si portasse più rispetto verso la natura e si adottassero stili di vita salutari perché, quando usciremo da questa situazione noi cittadini del mondo dovremmo riflettere su ciò che siamo stati chiamati ad affrontare, un nemico inaspettato e più grande di noi. Talvolta si vivono decenni in cui non succede nulla, in questo caso, avremo vissuto settimane che sono sembrate decenni.

FRANCESCO NOIA IV A ITI

Sono tempi duri quelli che stiamo vivendo, tempi anche abbastanza strani.

La mia riflessione su tutto ciò si incentra anche sulla stranezza di questo periodo, il mondo si è (quasi del tutto) fermato, i ritmi infernali delle nostre giornate riempite, soprattutto, da disattenzioni non ci sono più, giornate che prima potevano essere "banali", una passeggiata con gli amici o per chi ce l'ha con la ragazza, non ci sono più, almeno per ora ed appunto il mondo è come se si fosse fermato. Sempre in merito alla stranezza di questi tempi, l'altro giorno, preso dalla monotonia della giornata mi sono messo ad osservare le vie principali delle più grandi città; vedere il Duomo di Milano completamente vuoto fa un certo effetto, come vedere le più belle piazze di Roma, anch'esse vuote, insomma ecco cosa intendo con stranezza.

Inoltre, vorrei dedicare questa mia riflessione a tutti coloro che stanno lottando in questo momento, i nostri "soldati", sì, perché è una guerra questa, ovvero i medici gli infermieri e tutte le persone che combattono questo virus faccia a faccia.

Restare a casa, fa riflettere e chi non capisce l'importanza di queste parole (importanza vitale nel vero senso della parola) gioca con la vita delle persone, è gravissimo, perché non nuoce solo a se stesso ma a tutta l'Italia! E preveniamolo questo virus, rispettiamo le regole "fondamentali", laviamoci le mani spesso, restiamo ad un metro di distanza e usciamo SOLO ED ESCLUSIVAMENTE per svolgere mansioni essenziali, solo così ne usciremo.

Sono i tempi più duri dal dopo guerra e siamo noi a viverli, stiamo scrivendo pagine di storia; facciamo in modo che le pagine che verranno scritte ci possano descrivere come un popolo rispettoso e unito che ha sconfitto il nemico a testa alta e non il contrario.

CRISTINA CORVINO IV A ITI

Nella città di Wuhan, nel Dicembre 2019, diversi casi di polmonite, febbre, affaticamento, tosse e difficoltà respiratorie si diffondono rapidamente. La malattia viene subito studiata e viene

confermato dall'OMS che si tratta di un nuovo tipo di coronavirus (COVID-19), a singolo filamento positivo di RNA, appartenente alla famiglia *Coronaviridae*.

I virus respiratori sono virus che invadono e si moltiplicano e possono causare oltre a problemi respiratori anche sistemici. I coronavirus, solitamente, infettano gli animali, ma, ci sono alcuni tipi in grado di infettare anche l'uomo. Questo in particolare è in grado di trasmettersi facilmente da persona a persona e si pensa sia stato trasmesso dai pipistrelli come quello di una epidemia molto simile, la SARS nel Guangdong del 2003. Quindi bisogna evitare di consumare carne di animali selvatici non controllata o cibo non cotto. La trasmissione da animale a uomo o da uomo a uomo avviene principalmente in due modi: contatto o goccioline.

Si pensa che il COVID-19 possa vivere diverse ore su superfici e per renderlo inefficace servono alte temperature, soluzioni alcoliche, disinfettanti a base di cloro e/o altri tipi solventi; si possa trasmettere, principalmente attraverso goccioline del respiro, ma anche per via fecale, il periodo di incubazione normalmente per i coronavirus è di 3-7 giorni ma il SARS-COV-2 subito mutazioni e l'incubazione può andare da 1 a 14 giorni. Il nuovo virus è molto infettivo e può essere mortale ed ancora non si sa se gli anticorpi delle persone guarite saranno in grado di proteggerli da una seconda infezione dello stesso virus.

Tutti potremmo essere soggetti al nuovo coronavirus, ma i più vulnerabili sono le persone con un sistema immunitario debole, come gli anziani, donne in gravidanza, o persone con altri disturbi di salute, queste possono subire la veloce progressione dell'infezione e i sintomi più gravi. I bambini, invece, hanno meno probabilità di esposizione, quindi è difficile che si infettino.

Le fasi del passaggio del COVID-19 sono state tre:

- 1) fase focolaio localizzato, casi probabilmente collegati all'esposizione ad un mercato del pesce;
- 2) fase passaggio alla comunità, da persona a persona e nelle famiglie;
- 3) fase propagazione diffusa, propagazione rapida, epidemia.

Questo periodo che stiamo attraversando è per tutti uno dei momenti più difficili della nostra vita, sia per noi ragazzi ma anche per gli adulti. Noi, persone abituate alla libertà, all'improvviso ci siamo trovati privati di tutto, anche di una semplice passeggiata, senza la possibilità di poter controbattere o opporci. La nostra libertà ci è stata momentaneamente tolta, il non potersi salutare, abbracciare e stare vicini, sono precauzioni drastiche che servono per permetterci di tornare alla normalità il prima possibile.

Come ha detto il Presidente del Consiglio Conte: "rimaniamo distanti oggi per abbracciarci più forte domani".

Quando finalmente usciremo da tutto questo dobbiamo ringraziare tutte le persone che hanno messo in gioco la propria vita pur di aiutare il prossimo ed hanno cercato di mantenere l'ordine per il bene di tutti, ovvero, il personale sanitario e le forze dell'ordine. Probabilmente, tra non molto, questo brutto periodo finirà ma tutti dovrebbero capire l'importanza del seguire le regole e delle precauzioni che si devono adottare. Si dovrebbe capire l'importanza di stare a casa, non solamente per proteggere noi stessi ma soprattutto per evitare un eventuale contagio e per proteggere persone più vulnerabili, come gli anziani, che siano nostri familiari o meno. Alla fine, porteremo sempre con noi il ricordo di quest'esperienza, quindi, nonostante torneremo alla normalità, guarderemo sempre con un occhio al passato e staremo più attenti e ci godremo ogni attimo che ora non possiamo vivere come vorremmo. Spero di tornare il prima possibile alla vita fuori da questa quarantena, come tutto il resto della gente, credo spera da tempo, ma sono sicura del fatto che tornerò alla mia quotidianità con maggiore consapevolezza della fortuna che ho avuto a superare tutto nel migliore dei modi, al contrario, purtroppo, della gente che non ce l'ha fatta e non potrà gioire con i propri familiari della fine di questa triste storia.

PASQUALE PALADINO II A ITI

L'e-book "Coronavirus Domande e Risposte" scritto da Wong Zhou, leader nella ricerca delle malattie infettive, e divulgato in Italia dalla casa editrice PICCIN, mi è stata molto d'aiuto, perché ho imparato e capito tante cose. Ad essere sincero prima di leggere questa guida, che è diventata preziosa per me, non avrei mai pensato che questo nuovo virus fosse così pericoloso e che causasse così tanti morti. Ad oggi, sono contento che in Cina la situazione si sia calmata, mentre mi rattristo molto quando penso alla nostra cara Italia, che sta facendo di tutto per rialzarsi. Un'altra cosa che mi rende molto triste sono i nuovi decreti che ci impediscono di uscire, di stare vicini l'uno con l'altro, ma la cosa più insopportabile è che non possiamo ne baciarsi e ne abbracciarci; cosa farei adesso per un abbraccio, per ritornare a scuola e per rivedere i miei amici, chi l'avrebbe mai detto. Se qualcuno mi dovesse chiedere che cosa sia il coronavirus, io di certo risponderei dicendo che è un virus a singolo filamento positivo di RNA. Ho imparato che possiamo prevenire questo virus facendo delle cose semplici, che tutti possiamo fare, come ad esempio: seguire una dieta equilibrata, curare la nostra igiene orale, soprattutto lavandoci le mani e tenerle sempre pulite, fare esercizio fisico per potenziare le nostre difese immunitarie, smettere di fumare e bere, ventilare gli ambienti chiusi, aprendo le finestre o usando dei ventilatori per evitare che l'aria

ristagni e vaccinarsi (quando sarà possibile). Ecco, se eseguiamo tutte queste regole la nostra vita proseguirà nei migliori dei modi ed il nostro futuro sarà assicurato.

BENEDETTA RAGO II A ITI

In questo periodo stiamo vivendo una situazione non tanto piacevole per questo coronavirus che si sta estendendo, questo virus, come altri che si sono diffusi in passato ad esempio quello della SARS, invade le vie respiratorie ed il periodo di incubazione può essere breve fino a 1 giorno o più lungo di 14 giorni, i sintomi più comuni sono febbre con brividi, tosse, respiro corto e dolori muscolari.

Questo virus si trasmette principalmente tramite le goccioline dei pazienti portatori del virus quando starnutiscono o tossiscono e le persone più colpite sono maggiormente quelle che hanno problemi respiratori come la polmonite ed altre patologie.

Prima io pensavo: "è in Cina non penso che arrivi fino qui", invece mi sbagliavo ormai è a pochi chilometri da dove vivo io, la gente è molto preoccupata perché questa non è una semplice influenza ma può portare alla morte, nei telegiornali e non solo ormai si sente parlare solo di questo e della povera gente che sta morendo.

Per questo virus siamo costretti a rimanere a casa; non possiamo andare a scuola, fare una passeggiata o salutare semplicemente le persone a noi care, ma la cosa più brutta è vedere le città così spente con negozi chiusi e tutte le altre attività ferme.

Nella mia città l'ospedale è chiuso da tempo e questo mi preoccupa, ma sono molto contenta di quello che stanno facendo i sindaci di ogni città, le forze dell'ordine, i medici e gli infermieri che non si fermano mai e fanno di tutto per salvare le vite.

È anche un po' colpa nostra se questo virus si sta estendendo perché la gente continua a spostarsi nelle città invece di stare a casa propria e facendo così il virus tarderà a fermarsi.

Purtroppo, non ci sono ancora cure o vaccini quindi, per tornare al più presto alla quotidianità, è importante la prevenzione e cioè: mantenere la distanza di un metro dalle altre persone, indossare mascherine e guanti e lavarsi spesso le mani.

Solo ora possiamo capire l'importanza della scuola, della famiglia. Solo ora possiamo capire che essere cattivi, ricchi o famosi non porta da nessuna parte perché da un momento all'altro la vita può cambiare e riservarci delle cattive sorprese.

Anche in questi momenti, così brutti, i nostri genitori vanno a lavorare, rischiando, per non fare mancare niente a noi figli; solo ora possiamo capire l'importanza di un loro abbraccio o di un loro bacio.

Io non dimenticherò mai questo periodo, anzi, conserverò questa riflessione per non dimenticare e per poter, un giorno, raccontare ai miei figli e ai miei nipoti cosa abbiamo vissuto nel 2020.

REBECCA MARGHERITA STAFFA II A ITI

Verso la fine del 2019 nella città di Wuhan, in Cina, sono stati registrati i primi casi di persone con polmonite, febbre e vari sintomi derivanti da un nuovo coronavirus, identificato all'inizio del 2020. Non c'è ancora un vaccino e le modalità di come si sia propagato non sono ancora ben chiare.

La verità è che io non sono mai stata troppo preoccupata per questo coronavirus, anche adesso con questa situazione non bella sono molto tranquilla.

Rispetto le regole che, ovviamente, vanno seguite, rimango a casa e non esco (non che mi machi tanto uscire), mi lavo spesso le mani, cerco di non toccarmi spesso il viso e mi sono sorpresa di quanto sia complicato non farlo.

Eppure, nonostante questo periodo di quarantena, i nuovi casi di COVID-19 e i tanti decessi, non riesco ad essere preoccupata più di tanto. Conosco i rischi e so quello che la gente sta passando, so che sta soffrendo, so che stanno avendo problemi ma riesco a rimanere tranquilla. Sarà un bene? Forse. Sarà sbagliato? Molto probabilmente.

Le uniche cose che mi mancano davvero fare, in questo periodo, sono: andare a scuola per vedere quel gruppetto di "disagiati" come me e stare con mia nonna.

Voglio solo che tutto questo finisca presto per poter tornare alla mia solita vecchia routine quotidiana, così come molte altre persone.