



IN PRATICA

Polmonite: non sottovalutarla

di Valentino Maimone

Secondo gli ultimi dati causa tre volte più morti degli incidenti stradali. Eppure per ridurne sensibilmente l'incidenza basterebbe seguire alcune semplici regole di igiene

IL NOSTRO ESPERTO



Dott. Claudio Farina
infettivologo e microbiologo
direttore dell'Unità di microbiologia e virologia Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo

A dicembre le notizie provenienti dalla Cina hanno preoccupato molti italiani: una forma di polmonite virale stava diffondendosi nella provincia di Hubei. Dopo qualche settimana le autorità sanitarie cinesi hanno pubblicato su una piattaforma online la parte iniziale del genoma del microrganismo ed è scattata la collaborazione dei ricercatori di tutto il mondo per dare un'identità al virus. Oggi si sa che appartiene alla famiglia dei Coronaviridae, che è trasmesso dagli animali e che ci sono scarse possibilità di trasmissione da persona a persona, ragion per cui le probabilità che la malattia arrivi a fare vittime anche in Italia sarebbe da escludere. Su questo fronte, quindi, possiamo stare tranquilli. Sono altre le pol-

moniti che dovrebbero farci preoccupare e che, invece, sono spesso sottovalutate, nonostante l'alta pericolosità. Stiamo parlando di quelle batteriche: ogni anno, nel nostro Paese, provocano la morte di circa 11 mila persone, con un numero di ricoveri in continuo aumento (+6% nel 2017 rispetto all'anno precedente).

Chi rischia di più

«La polmonite è subdola perché ha un'evoluzione variabile: da un lato può portare al pronto soccorso e costringere al ricovero in terapia intensiva; dall'altro è capace di manifestarsi in forme modeste che si possono curare a casa», spiega il dottor Claudio Farina, direttore dell'Unità di microbiologia e virologia dell'Ospedale Papa Giovanni XXIII di Bergamo. «Molto dipende dalle condizioni del paziente, più a rischio di complicanze se già soffre di altre patologie: per esempio influenza, malattie croniche dell'apparato respiratorio come le Bpco, o strutturali del polmone come la fibrosi cistica».

Chi deve vaccinarsi

Secondo un'indagine condotta da AstraRicerche solo un italiano over 65 su dieci, è consapevole del rischio di poter contrarre la malattia. Eppure, la polmonite tende a colpire soprattutto gli anziani, a causa del sistema immunitario più debole: «Per questa fascia di popolazione, così come nel caso di cardiopatici, diabetici e immunodepressi, la migliore forma di prevenzione sono le vaccinazioni antinfluenzale e antipneumococcica, cioè quella contro uno dei più comuni batteri responsabili della polmonite. Se il microbo arriva, l'organismo ha già le armi per difendersi e finisce per eliminarlo», sottolinea il dottor Farina.

In queste settimane si sta verificando il picco stagionale dell'influenza, con un'impennata anche delle polmoniti.

Come evitare i contagi

Il tipico veicolo di trasmissione delle polmoniti sono le particelle di saliva trasmesse da soggetti già ammalati attraverso colpi di tosse, starnuti o anche solo quando si parla. «Tra le categorie più a rischio polmonite c'è chi per lavoro deve frequentare i bambini. Specialmente i bimbi piccoli tendono a starnutire o tossire senza coprire la bocca, così i virus e gli altri microbi hanno campo libero», aggiunge Farina. Un comportamento che purtroppo mantengono anche alcuni adulti: «Chi tossisce o starnutisce dovrebbe sempre coprire la bocca per evitare il propagarsi delle sue goccioline di saliva infetta. Un fazzoletto è uno scudo decisamente più igienico rispetto alla mano (che poi deve essere lavata), perché si può gettare via senza problemi. Se poi lo starnuto o il colpo di tosse sono talmente repentini che non si fa in tempo ad afferrare un fazzoletto, consiglio di proteggere la bocca con la piega del gomito», suggerisce l'esperto. Inoltre è indispensabile lavare sempre le mani dopo averle strette a qualcuno, dopo un viaggio in autobus, un giro al supermercato e, soprattutto, aver fatto tappa in un bagno pubblico. La corretta prevenzione include anche altre strategie come coprirsi bene contro il freddo ed evitare il fumo: «Danneggia le difese dell'organismo e rende il polmone più esposto all'aggressione di virus e batteri», aggiunge l'esperto. ●

COME SI CURA

La terapia della polmonite dipende prima di tutto dalla sua gravità: «Se batterica (la più diffusa tra gli adulti) e di lieve entità, il medico prescrive di solito antibiotici per via orale come una betalattamina per non meno di cinque giorni. Quando il problema è più serio, la stessa terapia va prolungata, eventualmente aggiungendo anche un macrolide. Se non dà risultati, possono rendersi necessari altri medicinali, come i chinolonici», sottolinea Claudio Farina, che è membro del consiglio direttivo dell'Associazione microbiologi clinici italiani.

A SCUOLA DI PREVENZIONE CON ALE&FRANZ

Ale&Franz si trasformano in Polmo&Nite. Il duo comico interpreta due

batteri che, dall'interno di un fantomatico quartier generale, le provano tutte pur di contagiare gli umani a colpi di tosse e starnuti. Premendo un pulsante rosso sulla plancia della

sala comandi, cercano di diffondere la polmonite nelle più tipiche situazioni in cui ciò avviene nella realtà. È la campagna di sensibilizzazione lanciata dal gruppo farmaceutico

Pfizer, una miniserie in quattro episodi da 1 minuto ciascuno, visibile su YouTube (basta cercare "Azione prevenzione" oppure "Polmo&Nite").