



Roma, 5 luglio 2021 - Seconda estate con la pandemia di Covid-19. Il bel tempo e i vaccini sono gli alleati migliori che consentiranno di tornare a una maggiore socialità, soprattutto per quanto riguarda bambini e ragazzi. È importante però non abbassare eccessivamente la guardia e continuare a seguire le precauzioni che sono diventate parte della vita comune nell'ultimo anno. Gli esperti dell'ospedale pediatrico Bambino Gesù spiegano le regole per vivere un'estate in sicurezza.

“Abbiamo dovuto applicare importanti restrizioni sociali per prevenire la trasmissione di Covid-19 - spiega il dott. Alberto Tozzi, responsabile dell'area di ricerca di malattie multifattoriali e complesse del Bambino Gesù - e l'abbiamo fatto con discreto successo, ma il disagio dei bambini e dei ragazzi che per lungo tempo non hanno potuto più vivere fisicamente la comunità scolastica e in definitiva quella dei propri amici, è stato grande. Abbiamo subito un repentino e profondo cambiamento”.

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.

È plausibile che il SARS-CoV-2, il virus che causa il Covid-19, si comporti stagionalmente, che sia cioè più diffuso in inverno e meno in estate. Gli altri quattro Coronavirus che circolano comunemente negli esseri umani si comportano in questo modo. D'estate inoltre si trascorre più tempo all'aperto, dove il rischio di infezione è molto più basso e si seguono stili di vita più attivi, che possono aumentare la capacità del corpo di resistere alle infezioni.

Anche la maggiore esposizione alla luce solare, che aumenta i livelli di vitamina D, porterà benefici poiché rafforza il nostro sistema immunitario. È però importante continuare a mantenere una certa distanza (minimo un metro) tra le persone con cui non si convive, lavarsi spesso le mani, e quando ci si trova in posti affollati, soprattutto al chiuso, è importante indossare sempre la mascherina.

Alla ripresa delle attività sociali contribuisce in modo sostanziale la campagna vaccinale: le Autorità di controllo sanitario europea e statunitense (ECDC e CDC) si sono pronunciate a favore di un 'allentamento' delle raccomandazioni sulla distanza fisica e sull'uso di mascherine tra persone vaccinate.

In particolare quando i soggetti che hanno concluso il ciclo vaccinale si incontrano tra loro e quando persone non vaccinate incontrano individui completamente vaccinati, sempre che non siano anziani né soggetti a rischio per altre patologie (es. immunosoppressione, altre malattie gravi). 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.