

## Etica civica, per restare in salute

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Luca Zaia, governatore del Veneto, ha ragione a inquietarsi. E' da irresponsabili vanificare i risultati finora ottenuti nel controllo della diffusione del Covid-19. L'encomiabile rispetto delle regole mostrato dalla maggioranza degli italiani durante il lockdown deve continuare. Per garantire una migliore salute per tutti, premessa non negoziabile per far ripartire con efficacia l'economia, l'istruzione, un rinnovato amore per il nostro splendido Paese e il gusto italiano di assaporare la vita. Per valorizzare i comportamenti sani e solidali che potranno ricompattare un tessuto sociale altrimenti lacerato dalla seria crisi economica e dalla paura del futuro.

Il rispetto delle regole, grazie a una maggiore disciplina personale, è da intendersi non come repressione, ma come strategia intelligente per scegliere il meglio nella vita privata e collettiva. Le considerazioni di merito sono molteplici, in primis dal punto di vista medico. Crescenti evidenze scientifiche mostrano che la polmonite atipica grave causata dal Covid-19 era solo la punta dell'iceberg dell'infezione. Oggi sappiamo che il virus può colpire tutto il corpo, attaccando organi e apparati lontani dai polmoni. Può causare sintomi pesanti e invalidanti, che si protraggono per mesi, ben oltre la risoluzione del quadro acuto e la negativizzazione dei tamponi. Può attaccare i giovani, che a torto si sentono invulnerabili.

Diversi casi di stanchezza fisica e mentale, invalidante e persistente, dopo modeste forme di infezione respiratoria da Covid-19, proprio in donne giovani, mi hanno fatto studiare di più questi aspetti poco percepiti dalla popolazione generale. «Ho il cervello nella nebbia, non riesco a concentrarmi né a riprendere il lavoro. Rischio di perderlo, se continuo a stare in malattia. Ma non ho più energia», mi diceva una paziente. «Sono dimagrita, ho perso i muscoli, mi sento svuotata. Non riesco a fare un passo». Da che cosa nascono questa astenia, questa debolezza, questa difficoltà fisica e mentale? E' "solo" depressione, da cause psicologiche, perché sentirsi malati è già un fattore deprimente, o in questa perdita inquietante di energia vitale c'è una causa biologica? L'ipotesi più accreditata è di tipo immunitario: l'ondata di molecole infiammatorie, le citochine, scatenata dall'infezione, è tossica non solo per i polmoni e il sistema cardiovascolare, ma anche per il sistema nervoso centrale. Lo sostiene Edward Bullmore, neurobiologo e psichiatra all'Università di Cambridge (Regno Unito), nel suo libro «The inflamed mind» (Picador Publishing, New York). Il cervello in fiamme, in preda a un incendio biochimico, microscopico ma devastante, è la base biologica che sottende la depressione: malattia che si radica nell'infiammazione fisica e si esprime con sintomi somatici, come l'astenia muscolare, e psichici. Una depressione "biogena" che vediamo anche nelle persone colpite da malattie sistemiche di ogni tipo: dalle malattie infettive alle autoimmuni, ai tumori. La tempesta citochinica da Covid-19 è in causa anche per l'aumento di infarti e trombosi in uomini più giovani di quelli che presentano le forme più aggressive di polmonite atipica.

E' quindi essenziale non abbassare la guardia. Sul fronte dell'etica civica, ci sono altre considerazioni di merito. Il 79% delle infezioni serie è trasmesso da persone asintomatiche o paucisintomatiche. Il punto è questo: se una persona muore a causa di un comportamento irresponsabile, è omicidio colposo. Che si tratti sia di guidare in stato di ebbrezza, o sotto

l'effetto di stupefacenti, o di non rispettare le regole del codice della strada, sia di non rispettare i gesti barriera e il distanziamento sociale infettando poi familiari, colleghi di lavoro o conoscenti. Se l'infezione ha conseguenze invalidanti e persistenti oltre i 40 giorni, per il nostro codice penale si dovrebbe rispondere di lesioni personali gravi.

In positivo, rispettare le regole per scelta personale dà vigore all'etica civica. Più rispetto degli stili di vita sani porta più salute per tutti. Più attenzione consapevole verso l'ambiente in cui viviamo valorizza un patrimonio d'arte e di bellezze naturali che non ha uguali al mondo. Riappassionarsi al «noi», invece che all'«io», superando l'egoismo da narcisi vampiri, potenzierà il generoso tratto italiano già operativo nel volontariato, e renderà l'Italia ancora più attraente. Per visitarla e per viverci. Rispetto delle regole e ottimismo della volontà. Un bel binomio per ripartire in salute: fisica, affettiva, economica e ambientale.