

## Autoprotezione, un gesto d'amore per sé e per gli altri

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Mettiti la mascherina, per favore!». Il primo gesto barriera, il più semplice ed efficace, deve essere regola rispettata da tutti, ad ogni età e in ogni contesto, per evitare una seconda ondata di infezioni gravi da Covid-19, e un secondo lockdown, già riattivato in molte aree di Spagna, Francia e Gran Bretagna. Nonché per ridurre la prossima ondata di influenza.

E' la prima forma di autoprotezione. E' un segno di attenzione e di rispetto verso il proprio migliore amico, il nostro corpo, e verso gli altri. Dice che la persona ha senso di responsabilità e senso civico. E' un biglietto da visita: dice chi siamo e come ci poniamo verso noi stessi e verso gli altri. Il rifiuto di farlo dice altre cose: «Esisto solo io», «E' vero quello che penso io» rivelano una presunzione pericolosa, alimentata da due gemelle siamesi in diffusione pandemica, l'ignoranza e l'arroganza. «Tanto a me questo virus non farà niente» mostra indifferenza verso gli altri, a cui posso trasmettere una malattia grave e potenzialmente fatale. Rivela un principio di libertà molto distorto, in cui vale solo quello che voglio fare, indipendentemente dalla realtà dei rischi che corro, a livello personale, e del comportamento da untore che di fatto assumo nei confronti di coloro che sostengo di amare, siano essi partner, familiari, o amici, colleghi o conoscenti.

Di questo distorto senso di libertà hanno dato prova, fra gli altri, molti giovani protagonisti della movida estiva, con il risultato di un'impennata di contagi tra ventenni e trentenni. Certo, con impatto clinico per ora modesto, ma untori a tutti gli effetti per migliaia di altre persone, di maggiore età, che possono invece subirne effetti gravissimi: fatali o a lungo termine.

La mortalità da Covid colpisce in media l'1,47% delle persone contagiate tra i 50 e i 59 anni, il 3,7% di coloro tra i 60 e i 69 anni, il 7,1% tra i 70 e i 79 anni, e il 12,6% negli over 80. Almeno un terzo delle persone che hanno contratto il Covid sintomatico, e sono sopravvissute, mostrano poi segni e sintomi persistenti della pregressa infezione: respiratori, con dispnea e affaticabilità; neurologici, con mialgia e astenia protratte, deficit di attenzione e memoria, ansia e depressione; cardiovascolari; sensoriali, olfattivi e gustativi; intestinali. Segni persistenti di cui non è stata ancora valutata appieno la portata sanitaria, economica ed esistenziale. Per prevenire la seconda ondata sarebbe bastato continuare a imporre l'uso della mascherina alla fine del primo lockdown, senza eccezioni estive. Ora, per limitare i danni, utilizziamola tutti e sempre.

Il principio di autoprotezione ha molte altre declinazioni, del pari disattese: per esempio, nel comportamento sessuale. «Ti metti il profilattico, per favore?». «Perché, non ti fidi di me?». La questione della fiducia è torbida, perché spostata a livello interpersonale il problema della diffusibilità di molte malattie, invisibili prima di affondare i loro colpi. Sulla questione della fiducia, la maggior parte delle donne si arrende a un rapporto non protetto, col risultato di contrarre rischiose malattie sessualmente trasmesse. La risposta di autoprotezione è invece un'altra: «Sì, di te mi fido, ma siccome i virus e altri germi pericolosi sono più furbi di te e di me, è meglio che ti metta il profilattico, fin dall'inizio. Altrimenti lasciamo perdere».

L'allarme per la pandemia Covid ha messo sullo sfondo ogni riflessione sull'importanza dell'autoprotezione in ogni comportamento sessuale, sia esso etero o omosessuale. Risultato?

Continua la diffusione epidemica delle malattie sessualmente trasmesse: papillomavirus ed herpes virus, anzitutto. Virus che usano lo stesso codice genetico delle nostre cellule, il DNA (acido desossiribonucleico). Per questo riescono a mimetizzarsi in ogni cellula infettata e lì restare silenti, o quasi, fino a quando una ridotta competenza immunitaria consente loro di attivarsi causando specifiche lesioni, sino al cancro. Diffusione epidemica di gonococco e clamidia, spesso silenti o paucisintomatici, soprattutto nella donna, salvo presentare poi un conto salato in termini di infertilità, dolore pelvico cronico e dolore alla penetrazione profonda. Incremento di infezioni negli eterosessuali per il virus dell'HIV. Ritorno inquietante della sifilide, che a torto credevamo debellata.

In sintesi: i gesti barriera sono un pilastro dell'autoprotezione nella vita in generale e nell'intimità. A ciascuno di noi la responsabilità di usarli bene, per noi e per gli altri. Come comportamento civile. Come gesto di attenzione, di rispetto e d'amore.