

# NUOVI VIRUS

## “non serve avere paura, meglio prevenire”

parola di Luc Montagnier



**Si è diffuso il timore di un'epidemia di influenza aviaria, causata dal nuovo ceppo del virus A/H5N1. È legittimo avere paura?**

Per il momento, no. Il contagio diretto tra uomo e uomo del virus dell'influenza aviaria si potrebbe verificare solo nel caso in cui il numero di persone colpite dal virus aumentasse davvero molto. Il che, per ora, non è avvenuto.

**Nell'attesa di un vaccino realmente mirato - contro la famigerata aviaria, la nuova influenza e tutti i possibili ceppi virali che ancora non si conoscono - il modo migliore per combattere le infezioni è stimolare il sistema immunitario a reagire.**

Si deve prevenire nella misura in cui oggi non si è ancora in grado di curare, aiutando la popolazione a rafforzare le proprie difese immunitarie.

**Sentirsi bene ed essere in forma serve davvero a difendersi dalle malattie?**

Certamente. L'attività del sistema di difesa naturale dell'organismo è fondamentale per contrarre l'influenza in forma leggera o per riprendersi più in fretta. Nel caso del virus della spagnola, per esempio, diffusasi nel 1918, è certo che siano state le

condizioni sociali e ambientali sfavorevoli, nelle quali molta popolazione all'epoca viveva per essere appena uscita dalla prima Guerra Mondiale, ad abbassare le difese immunitarie e a permettere al virus di colpire con più forza. Esistono rafforzatori del sistema immunitario di tipo naturale e accessibili a tutti. La papaia fermentata è utile per aumentare le difese dei malati di Aids, il cui sistema immunitario è poco efficiente e anche l'echinacea è comunemente usata per rafforzare le difese.

Ci sono, poi, stimolanti "naturali" dell'organismo, come per esempio l'interferone, che si può prendere in pastiglie.

**Gli antivirali sono efficaci o no?**

Sono molto utili per diminuire l'aggressività di un determinato tipo di virus in un individuo, ma non sono sufficienti a sconfiggere oggi malattie virali mortali come l'Aids, la cui diffusione è sempre più alta. Interrompendo i trattamenti, infatti, il virus si ripresenta poiché resta latente nei tessuti delle cellule.

**Esiste un modo facile per difendersi nella quotidianità?**

Curare la propria igiene personale, lavarsi spesso le mani (la parte del corpo che entra di più in contatto con i virus) respirare con il naso (per bloccare con le mucose l'ingresso dei virus) sono sistemi semplici e alla portata di tutti. Come già detto, va stimolato il sistema immunitario, in particolare nelle persone più deboli, negli anziani, ma in genere in chi ha più di cinquant'anni. Contro il pericolo delle pandemie bisogna agire preventivamente, finché non saranno disponibili vaccini per tutti i paesi coinvolti, compresi quelli meno sviluppati.

**A che punto siamo con i nuovi vaccini?**

Le tecniche di creazione di un vaccino sono ora molto rapide, potrebbero essere sufficienti alcune settimane per metterne a punto uno nuovo, ma poi bisognerà che questo sia disponibile per tutti, e non solo nei paesi ricchi. È questa la vera sfida.

**Qual è la differenza tra pandemia ed epidemia?**

Le epidemie si verificano quando c'è insorgenza improvvisa e simultanea di molti

casi della stessa malattia infettiva, non solo influenza, ma anche meningite, tifo o altre. L'epidemia dura per un periodo di tempo limitato, si diffonde su larga scala e, successivamente, si esaurisce più o meno in fretta. Le epidemie influenzali tra gli esseri umani sono causate da virus di tipo A (gli altri sono i B e i C), che sono i più preoccupanti, poiché possono passare da specie a specie e sviluppare costantemente lievi mutazioni per evadere le difese immunitarie. I vaccini antinfluenzali devono essere aggiornati ogni anno per includere i virus che più probabilmente circoleranno nella stagione successiva. Le pandemie influenzali sono eventi rari, ma ricorrenti. L'ultimo secolo ne ha viste tre: la Spagnola nel 1918, l'Asiatica nel 1957 e l'influenza di Hong Kong nel 1968. Una pandemia può insorgere quando si presenta un nuovo sottotipo di virus a cui la popolazione umana non è mai stata esposta e che, quindi, il sistema immunitario non sa riconoscere. Le altre due condizioni che favoriscono la pandemia sono la possibilità per questo virus di replicarsi negli uomini e causare malattie e una trasmissione da uomo

a uomo efficiente, prolungata nel tempo.

**Chi sono le persone più a rischio di attacchi virali?**

Chiunque è a rischio di contrarre il raffreddore o l'influenza, ma i bambini in età compresa tra 6 e 23 mesi, gli anziani e le persone con malattie croniche sono più soggetti a serie complicazioni derivanti dall'infezione. Se è chiaro che i bambini al di sotto dei due anni non hanno ancora sviluppato un sistema immunitario efficiente al 100%, negli adulti la capacità di far fronte ai virus è legata alla graduale scomparsa della ghiandola del timo. Il timo si trova dietro lo sterno e sopra il cuore ed è responsabile della produzione di diverse sostanze, i peptidi timici. Questi sono coinvolti nella maturazione delle cellule immunitarie che possono attaccare i virus. Il timo ha la particolarità di ridursi con l'età, a partire dalla pubertà. A 30 anni, la ghiandola di solito ha ridotto la sua massa di due terzi. A 60 il tessuto funzionale del timo è completamente scomparso. La graduale perdita delle funzioni del timo è stata associata a una maggiore suscettibilità alle infezioni a mano a mano

che invecchiamo. Inoltre, contatti ripetuti con molta gente, stress, malnutrizione oltre a un sistema immunitario debole, sono fattori che possono rendere più seria la situazione.

**Esiste un sistema veramente efficace per non contrarre l'influenza, incluse l'aviaria e la suina o "nuova influenza"?**

Vaccinarsi contro l'influenza potrebbe diminuire il rischio di infezione. Tuttavia i vaccini annuali vengono sviluppati contro i ceppi comuni. Nel periodo delle epidemie influenzali bisogna aumentare il livello di igiene. Lavarsi le mani di frequente può aiutare a prevenire la contaminazione. Inoltre, è bene evitare stretti contatti con le persone ammalate. Per le persone infette, indossare una maschera può limitare il diffondersi del virus. I farmaci antivirali, come gli inibitori della neuraminidasi, possono essere somministrati dietro prescrizione medica alle persone ad alto rischio di complicazioni che sono state esposte al virus dell'influenza. Tali farmaci possono ridurre la riproduzione virale, ma devono essere assunti entro 48 ore dall'inizio dei sintomi. A lungo termine, inoltre, c'è il

Dall'aviaria all'influenza suina. Il Premio Nobel tranquillizza, ma ricorda che il vero nemico resta un altro: l'Aids

rischio che i virus sviluppino resistenza a queste sostanze.

**Si parla meno di Aids: è diminuito il rischio di ammalarsi? O si è trovata una cura risolutiva?**

No, in entrambi i casi. Non esiste ancora una cura definitiva per questa infezione, solo farmaci che migliorano la vita, rallentando la progressione della malattia. E ci si ammala di più che in passato: tra il 1995 e il 2005 il trend di crescita era rallentato, ma oggi l'infezione ha ricominciato a diffondersi. In Europa si registrano migliaia di nuovi casi di contagio all'anno, con un'incidenza maggiore tra gli eterosessuali, che contraggono l'infezione attraverso rapporti promiscui non protetti, anche grazie alla maggiore disinibizione indotta dalle droghe sempre più in uso tra i giovani. Nella speranza che venga messo a punto il vaccino, va ribadito che l'unico modo per evitare il contagio, oltre a un comportamento a basso rischio, è l'uso del preservativo.

