

Il Passaggio al Nuovo Normale Richiederà Tempo

16 aprile 2020

Tutti sono ansiosi di tornare a qualche tipo di normale dopo settimane di stare a casa. Tuttavia, abbiamo bisogno di seguire da vicino ciò che sta accadendo nella nostra parte del paese e riconoscere i numeri e le procedure su cui gli esperti faranno affidamento per guidare la riapertura della vita quotidiana.

Il ritorno a questa nuova normalità include un'enfasi su tre cose:

1. **(TESTING) TEST**, sia per COVID-19 che in particolare i test anticorpali per valutare l'immunità
2. **TRACCIAMENTO** dei contatti di coloro che sono COVID-19 positivi, seguito dalla quarantena di tali contatti e
3. **TRATTAMENTI** per COVID-19 mentre attendiamo lo sviluppo del vaccino. Questi trattamenti includono sia farmaci che trattamenti col plasma dei pazienti guariti.

Inoltre, è probabile che in ambienti pubblici si verifichino test di temperatura (entrando in un ristorante o altre attività), sarà richiesta una maschera e verrà implementato un certo grado di distanza fisica. Probabilmente continueremo a lavarci molto le mani ed essere consapevoli di mantenere disinfettate le superfici nel nostro spazio personale.

I Numeri Che Possono Guidare Le Decisioni

Il Numero di Casi

- Il numero più importante è quante persone sono state infettate da COVID-19 e si sono state riprese o continuano ad essere infettate. Per gli Stati Uniti questo numero è molto probabilmente tra il 2% e il 5% della popolazione. Abbiamo disperatamente bisogno di test molto più basati sulla popolazione per sapere quali sono i veri numeri negli Stati Uniti.

Numeri a partire da 0,9% sono stati segnalati da test basati sulla popolazione in Islanda. La Corea del Sud riferisce che circa il 5% della popolazione del paese è stato infettato. Per le sottopopolazioni speciali, i numeri possono essere molto più alti, tra cui circa il 14% delle donne incinte a New York City che hanno travaglio e partoriscono e fino al 40% al 50% in alcune case di cura o Ospizio.

- **Conclusioni:**

- Una considerevole maggioranza delle persone NON è ancora stata esposta a COVID-19 e, se esposte loro sono suscettibili all'infezione.
- E' urgentemente richiesto testare su larga scala per valutare il vero tasso di positività di COVID-19 e recupero nella popolazione. E' particolarmente importante identificare gli individui che si sono ripresi in modo sicuro e quelli che non sono ripresi.

- **Numero di persone che possono essere infettate se emerge un nuovo caso**

- Questo è dove il tracciamento entra in gioco. Quando emerge un nuovo caso, è urgente tracciare i contatti per limitare la diffusione. Ovviamente, i contatti devono essere messi in quarantena o auto-isolati. Ciò richiederà una notevole forza lavoro negli Stati Uniti, stimata in 100,00 persone.
- È possibile utilizzare tracciamento elettronico sofisticato, come quello proposto da Google e Apple, ma ciò ha sollevato legittime preoccupazioni sulla privacy.

- **Super diffusori/contagiosi (spreaders) e ambienti pubblici ad alto rischio**

- La distanza fisica è fondamentale per ridurre la diffusione di COVID-19. Se la distanza fisica è rilassata, il tracciamento dei contatti diventa cruciale. Il riconoscimento dei cosiddetti super diffusori è davvero prezioso. Questi tipi di portatori, che diffondono la malattia a un numero insolitamente elevato di persone, sono stati notati in precedenti epidemie. Mary Mallon che è stata conosciuta come tifo Maria, ha diffuso il tifo a oltre 50 persone, mentre si sentiva assolutamente bene. Lo stesso vale per COVID-19: gli individui senza sintomi possono inconsapevolmente trasmettere alti livelli di virus e diffondere la malattia.

- Tali individui infetti, anche senza sintomi, che partecipano a riunioni e feste (party) hanno infettato molti individui, creando grandi gruppi di 50 o più. Nel caso del party di Connecticut, i casi hanno prodotto il 65% dei casi nell'intera regione. I dati recenti supportano la nozione di diffusione regionale dai gruppi (cluster) nella regione del Connecticut.
- In assenza di distanza fisica, la rapida identificazione di tali Super diffusori è critica. Al contrario, la maggior parte degli individui infetti produce una diffusione molto più limitata, forse solo ai familiari o agli amici intimi. Questi diffusori bassi sono anche importanti da identificare, in modo che possiamo assegnare le risorse dove sono più necessari.
- Alcuni setting di lavoro richiedono un'attenzione molto speciale. Come tutti sappiamo, gli operatori sanitari non sono solo ad alto rischio di esposizione personale, ma sono anche in un ambiente di super diffusione. Allo stesso modo, molti lavori/professioni con contatti pubblici sono a rischio più elevato, come i primi soccorritori, il personale di transito, i dipendenti del negozio di alimentari e i lavoratori di altre aziende essenziali ad alto volume.
- L'impatto del ritardo nell'introduzione della distanza fisica a New York è stato fonte di notevoli polemiche/dibattiti. Anche se non possiamo rifare/ ripetere il passato, possiamo prestare attenzione al futuro. Le prime indicazioni di nuovi casi devono essere prese molto sul serio.

Conclusione: Tracciamento

- Il tracciamento rapido è essenziale per limitare la diffusione in quanto la distanza fisica è rilassata.
- I test primari e regolari sui tutti coloro che servono in prima linea saranno essenziali.
- I DPI di base (dispositivi di protezione individuale) devono essere ampiamente disponibili. Il personale in prima linea con immunità

anticorpale documentata può essere sia sicuro di per sé che aiutare a limitare la diffusione. La capacità di testing ad alto volume è essenziale sia per gli anticorpi che per il virus COVID-19.

- Il rapido test dei contatti collegati a tutti i nuovi casi è essenziale per ridurre la diffusione, in particolare nel caso di un super diffusore e / o impostazioni ad alto rischio.
- La durata della quarantena o dell'isolamento richiesti è ancora controversa. I dati recenti dall'Italia suggeriscono che è necessario un periodo di tempo più lungo in quanto possono essere necessarie diverse/parecchie settimane per eliminare l'infezione COVID-19, con i pazienti che stanno ancora testando positivi molto tempo dopo che i sintomi sono andati. Molti pazienti negli Stati Uniti già notano la lunga strada per il recupero.

Le Linee Guida Necessarie

Sono necessarie linee guida per ristabilire la distanza fisica se emerge un certo numero o modello/forma di nuovi casi:

- Le riunioni di gruppo della Chiesa, ad esempio, sono state fonte di preoccupazione e potrebbero essere limitate. Le riunioni molto grandi non saranno fattibili nel breve periodo.
- Le linee guida per i viaggi saranno essenziali per limitare la diffusione locale, regionale, interstatale e internazionale. I viaggi globali saranno certamente influenzati dalle molte difficoltà e tragedie che emergono in tanti paesi. Le risorse non sono disponibili per gestire questa crisi COVID-19, come sottolinea questo editoriale del New York Times.
- Poiché il commercio globale fa parte del vecchio normale, il nuovo normale sarà molto diverso. Fornire aiuto ai meno fortunati sarà la chiave.

Trattamento

- **Trattamento del mieloma**
 - Durante l'attuale crisi, le decisioni sono guidate dalla necessità di evitare l'esposizione a COVID-19. Lo scopo è di fare meno visite alle cliniche mediche ad alto rischio e agli ambienti ospedalieri. La telemedicina è una buona opzione. I ritardi nelle terapie intense, come L'ASCT, oltre alle riduzioni (se sicure) delle terapie IV o SQ possono essere discussi e considerati.
 - Si spera che il nuovo normale qui possa essere come il vecchio normale. Tuttavia, ci sarà più telemedicina per problemi quotidiani.

Speriamo che l'intera gamma di terapie possa essere ristabilita nei prossimi mesi, man mano che le risorse diventino disponibili e le protezioni complete siano in atto nei contesti medici. È fondamentale avere una discussione aperta e in corso con il tuo medico poiché le condizioni migliorano nella tua città.

- **I Trattamenti di COVID - 19 e Vaccini**

- Vaccini: è unanime che un vaccino sia fondamentale per porre fine alla pandemia COVID-19. La notizia eccellente è che molti, molti sforzi sono in corso per sviluppare un vaccino efficace. La notizia non così buona è che ci vorrà del tempo. Gli ottimisti estremi dicono da 6 a 9 mesi. La maggioranza, l'opinione realistica prevede un vaccino sarà disponibile in 12 a 18 mesi.
- I Trattamenti: Gli approcci di trattamento incoraggianti includono la gestione dello shock o sindrome di crash per pazienti molto malati. È stato commovente leggere la storia di un medico del pronto soccorso (una ex stella del calcio precedentemente in buona salute), che si è ripreso da una situazione terribile usando un trattamento di tempesta di citochine di Actemra (tocilizumab).

Mentre ci meravigliamo dell'eroismo degli operatori sanitari, è bello sapere che non c'è solo questa strategia ma l'uso del plasma di pazienti che si sono ripresi da COVID-19 per accelerare il recupero. Continua ad esserci incertezza sul valore dell'idrossiclorochina (Plaquenil). Un recente studio è stato interrotto a causa di gravi problemi cardiaci con l'uso di dosi più elevate del farmaco. È eccitante che una terapia di mieloma, Selinexor, possa avere valore come agente antivirale.

Come ci si può riuscire con il nuovo normale?

Non c'è dubbio che i prossimi mesi saranno impegnativi. Avremo bisogno di quanta più resilienza possibile e continueremo ad essere consapevoli del mondo che ci circonda. E, come ha detto L'artista David Hockney: "ricorda che non possono annullare la primavera." I tanti fiori che sbocciano ogni giorno ci ricordano che la vita continua e emergerà e si adatterà insieme. Prevedendo che tutti nostri scienziati vengano con con trattamenti e un vaccino, è estremamente interessante per me notare che il coronavirus originale è stato scoperto da June Almeida, una scienziata donna scozzese da umili origini non pienamente riconosciuto per il suo successo.

Quindi, in chiusura, onoriamo tutti gli individui come June Almeida, che servono in prima linea nelle crisi sanitarie, sia passate che presenti. Abbiamo bisogno di collaborazione e compassione come mai prima d'ora per superare questo insieme.