

---

## Alla larga dall'influenza

**Autore:** Aurelio Molè

**Fonte:** Città Nuova

**Se la conosci la eviti. Consigli poco seri su come fronteggiare la nuova malattia in arrivo. Ne parliamo ora prima che sia troppo tardi.**

L'influenza A H1N1 è una bufala, si sa, e «non c'è rischio immediato per la salute», dichiara Fazio, il viceministro del Welfare. Contagerà tre milioni di persone in Italia, l'anno scorso l'influenza stagionale ne infettò due milioni e mezzo. Eppure ogni giorno i mezzi di informazione ci tormentano, se il rischio non c'è, con nere previsioni di pandemia. Del resto il termine stesso indica solo l'estrema estensione geografica dell'infezione e non la gravità. Ma solo al sentirlo pronunciare si evocano spettri del passato. Sarà una trovata pubblicitaria per produrre dei nuovi vaccini o vendere vecchi medicinali? Oppure, una volta creato il panico, organizzata la più grande vaccinazione di massa della storia, è meglio rassicurare e dire la verità? L'influenza A raggiungerà l'apice tra il 18 dicembre e il 18 gennaio. Si consiglia un bel mese di vacanza sulla neve, senza salutare nessuno, anche a rischio di apparire scorbutici, sciate sempre dritti, evitando anche le mucche, non sia mai sorga una nuova febbre "vaccina". Se nel frattempo avete perso il posto di lavoro che importa, godetevi la vita!

È allo studio anche un'ipotesi pittoresca per cui se si raggiungono tre malati per scuola, sarà obbligo chiudere l'edificio. Ragazzi, organizzatevi, non ci vuole nulla a farne ammalare tre e anche voi potrete godervi un lungo periodo di vacanze: meritato! Altra ipotesi bizzarra: individuare i locali per separare dal resto della classe un ragazzo che cominci a starnutire. Forza, su, non ve lo devo dire io. Procuratevi del buon pepe nero o della polvere irritante di carnevale, applicatela alle mucose nasali senza esagerare e aspirate con delicatezza. Lo starnuto è garantito, l'isolamento anche, ed un trasferimento a casa, come cura preventiva, consigliato dai vostri stessi insegnanti. Che volete di più! Questa influenza è una manna! Inoltre dopo un paio di giorni di play-station vi verrà persino voglia di tornare a scuola. Che stiano sperimentando un nuovo metodo educativo?

Se bisogna proprio attenersi ai consigli dei medici per evitare il contagio bisognerebbe prendere alcune precauzioni che consigliamo vivamente a tutti. Il virus si contrae inalando le goccioline di Flügge, emesse con tosse e starnuti che rimangono fluttuanti nell'aria. Un respiro ci può infettare già da 15 centimetri, uno starnuto da un metro, un colpo di tosse da tre metri. Le goccioline di Flügge che contengono il virus vanno alla rispettabile velocità di 150 chilometri all'ora. Non tentate di evitarle, sono troppo veloci e non ci riuscirete perché non siete Neo, l'eletto del film *Matrix*. L'unica soluzione è non respirare per almeno 48 ore, fintanto che il virus sopravvive, o farsi una sauna di 80 gradi perché il virus è distrutto dal calore solo da 75 gradi in poi.

Un'altra via di infezione sono gli oggetti contaminati dal virus. Le persone infette possono spargere il virus da un giorno prima della comparsa a sette giorni dopo. Lavarsi continuamente le mani con detergenti è l'unica soluzione. Con la speranza che gli italiani, da ora in poi, imparino a farlo il più spesso possibile, specialmente quando escono dal bagno. In tutti i luoghi pubblici, consigliamo i

---

medici, bisogna stare alla distanza di sicurezza di almeno due metri. Già mi immagino le metropolitane di Roma alle 8 del mattino, le riunioni di lavoro, le discoteche, i luoghi affollati. Tutti armati di un metro da lavoro, impugnato come una spada, per misurare la distanza di sicurezza.

Ottimo per la prevenzione, sottolineano i medici, è attendere l'arrivo del signor virus mantenendo buone condizioni di salute generale, dormire molto, non stressarsi, bere molti liquidi e mangiare cibi nutrienti. Come dire, non andate a lavorare, godetevi il sole e rilassatevi. Magari fosse così semplice! Invece il virus arriverà, non sconvolgerà il Belpaese, speriamo, più di tanto. Ci lasceranno, purtroppo, come l'anno scorso, cinque mila persone, soprattutto i nostri anziani e soggetti a rischio, che sono nella media di ogni influenza stagionale. E tutto proseguirà come prima. Avendo imparato, forse, più cura della persona e più attenzione per preservare il dono immenso della vita. Alla larga dall'influenza, dunque, ma non da sé stessi e dagli altri, anche se influenzati.

P.s. Tranquilli, sul prossimo numero seguirà un articolo più serio!

## **Misure anti virus**

Ogni Stato ha le sue regole che variano da regione a regione. Curiose sono quelle di una cittadina del New Jersey che prevede delle misure per tenere a distanza il prossimo. Eccone alcune.

«Evitate le strette di mano». Banditi di conseguenza baci e abbracci mediterranei. Si può solo lanciare un bacio con il gesto dalla mano, ma da una distanza superiore ai tre metri.

«Evitare le ore di punta a mensa». Vi immaginate i nostri bambini a scuola che mangiano in ritardo o in anticipo? Al lavoro basta fare gli asociali fino ad aprile. Dopo, di sicuro, non vi parlerà più nessuno.

«Sostituire le riunioni di lavoro con il telefono e le e-mail». Di più non si poteva sperare per evitare lunghe e noiose riunioni in cui non si decide nulla.

«Se possibile, far slittare le proprie ore lavorative, in modo da evitare le ore di punta dei pendolari». Soprattutto si possono organizzare gli orari di lavoro in modo che siano più utili alla propria vita di famiglia, ad evitare il capo e colleghi noiosi al lavoro. Insomma, il virus insegna che non tutti i mali vengono per nuocere!