

La Verità e Le Conseguenze nel tempo del razzismo e COVID-19

11 giugno 2020

Questa settimana ci troviamo di fronte a due questioni. Il razzismo che ha danneggiato la gente Nera fisicamente, economicamente e spiritualmente per generazioni ha scatenato massicce proteste nelle città di tutto il mondo. Le potenti voci del popolo chiedono che le istituzioni agiscano ora per asportare/eliminare le pratiche razziste. Nel frattempo, la pandemia COVID-19 continua a diffondersi, specialmente nelle alcune delle stesse condizioni affollate che si verificano durante le proteste.

Quindi, c'è la verità sui danni causati dal razzismo non affrontato, ma anche sulle conseguenze della partecipazione a raduni su larga scala per protestare contro il razzismo, cioè il rischio di esposizione a COVID-19.

La Verità

C'è razzismo sistemico negli Stati Uniti e in tutto il mondo. Dopo la morte di George Floyd per mano della polizia, il movimento Black Lives Matter ha scatenato l'indignazione globale collettiva. Nonostante la retorica inquietante, le bugie e i messaggi distopici di Washington, il cambiamento sembra verificarsi a livello statale, cittadino e locale in America e all'estero. C'è speranza che l'attuale attività della polizia pesantemente militarizzata si sposterà a preoccupazioni di sicurezza pubblica, e le profonde e sottostanti disparità di salute sperimentate dai neri in tutto il mondo inizieranno ad essere affrontate. [Uno sciopero del 10 giugno da parte di accademici e organizzazioni scientifiche](#) in tutto il mondo ha richiamato l'attenzione sulla necessità di agire sulle disuguaglianze sistemiche nella scienza.

La pandemia COVID-19 [ha svelato come la discriminazione spinge le disparità di salute](#) tra i neri. Un recente editoriale del New York Times chiede e risponde alla domanda " [Chi è più probabile che muoia dal Coronavirus?](#)" I principali fattori di rischio sono tutti più diffusi nelle persone di colore, tra cui ipertensione, diabete, obesità e malattie polmonari e renali croniche. Non c'è solo alcun dubbio sul e ingiustizie razziali.

Conseguenze

Le proteste massicce aumentano i rischi di COVID-19 che si diffondono selvaggiamente nella comunità. I manifestanti sono chiaramente consapevoli e non scoraggiati. . L'opportunità di un cambiamento significativo non può essere persa. Ma le conseguenze devono essere affrontate utilizzando approcci basati sulla scienza in modo pratico e graduale.

La scienza ci dice che un gran numero di individui non esposti sono ancora a rischio di nuova infezione COVID-19. [I dati della regione di Wuhan in Cina](#) (l'epicentro originale della pandemia) indicano che solo il 3% o circa degli individui in quella comunità ha livelli di anticorpi che indicano che si è verificata un'infezione. Questo significa che il restante 97% non è ancora stato

infettato e rischia di essere infettato attivamente e di diffondere l'infezione ad altri, come quelli a rischio più elevato.

Un grande nuovo studio indica che shutdowns potrebbero aver impedito a ben 60 milioni di persone di sviluppare COVID-19. Mentre enorme per appiattire la curva, questo significa anche che così, così tante altre persone ora rimangono a rischio di nuove infezioni e possono contribuire alla nuova diffusione della comunità. La realtà è che COVID-19 sarà diffuso nelle nostre comunità per qualche tempo. Ma non possiamo vivere come eremiti per il prossimo futuro. Quindi, quali sono le misure pratiche che possono essere adottate dal 97% delle persone non ancora infette per bilanciare i rischi di avventurarsi nella comunità?

Raccomandazioni basate sulla scienza per i prossimi passi

[In un recente sondaggio](#), 511 esperti in epidemiologia e malattie infettive hanno risposto a una serie di domande sui rischi di esposizione COVID-19 posti da varie attività. Le risposte sono abbastanza rivelatrici:

- **Attività rischiose**

- La maggior parte degli intervistati ha convenuto che partecipare a grandi eventi sportivi, concerti e spettacoli teatrali, e simili, sarà il più pericoloso per un anno o più.
- Partecipare a matrimoni e funerali, e strette di mano di routine o abbracci sono tutti in questa stessa categoria di rischio.
- Lavorare in uno spazio ufficio interno condiviso è ancora considerato indesiderabile. Visitare centri commerciali o palestre sono attività aggiuntive non approvate da questo gruppo.
- Viaggiare in aereo è ancora visto con tanto scetticismo, anche se con severe precauzioni
- (comprese le maschere), questo è molto probabilmente molto più sicuro che andare in un'arena al coperto per un evento sportivo.

- **Attività più sicure**

- Socializzare all'aperto (ad esempio, cena in giardino) con un piccolo numero di familiari o amici conosciuti.
- Andare in un ristorante accuratamente allestito con spazio sul patio o un eccellente allontanamento fisico e ventilazione può essere considerato. Questo richiede precauzioni dettagliate (server con maschere o scudi, controlli di temperatura, ecc.)
- Escursioni o fare un picnic all'aperto è anche visto abbastanza favorevolmente dagli epidemiologi.
- Appuntamenti medici non urgenti -di nuovo, con precauzioni dettagliate.
- Visitare i saloni di capelli ha ricevuto una risposta mista, con molti che indicano che è relativamente sicuro con maschere e altre misure di sicurezza in atto (e, vicino all'essenziale per la maggior parte di noi ad un certo punto!).
- In sequenza, una serie di altri tipi di attività può essere considerata nei prossimi mesi, comprese le attività di retail nella tua comunità locale (cose che devi davvero fare, come riparare la tua auto, andare in banca o in tintoria, ecc.). In tutte queste aziende

vengono create protezioni con distanza fisica, uso di maschere e disinfettante per le mani.

Mascherine

Un nuovo studio delle università britanniche di Cambridge e Greenwich sottolinea il principale valore di indossare una maschera in pubblico. Lo studio suggerisce che l'uso di routine delle maschere può prevenire le seconde onde di COVID-19. Il punto chiave dei ricercatori è che le maschere limitano la diffusione di COVID-19 da potenziali Super spreader asintomatici, che è la grande preoccupazione in questo momento dopo le massicce proteste. Questa è una notizia molto incoraggiante.

L'uso di maschere è ampiamente attribuito al minore impatto COVID-19 in tutta L'Asia e altrove. Protezioni severe hanno avuto effetti benefici in luoghi come la British Columbia, dove approcci amichevoli per il blocco e l'applicazione di misure semplici hanno contenuto la pandemia.

Prendere L'ascensore

Gli esperti consigliano a coloro che devono prendere ascensori di:

- Indossare una maschera
- Resistere a toccare pulsanti o superfici direttamente
- Utilizzare disinfettante per le mani frequentemente
- Andare in momenti tranquilli e anche da solo, se possibile
- Utilizzare stuzzicadenti per premere i pulsanti.

Non c'è dubbio che le corse in ascensore saranno impegnative in grattacieli occupati, nonostante molte nuove innovazioni e protezioni vengano introdotte il più rapidamente possibile.

Gruppi A Rischio

Forse il modo più semplice per guidare le tue decisioni nelle prossime settimane è prestare molta attenzione ai fattori di rischio noti. Più fattori di rischio sono presenti, maggiori dovrebbero essere le precauzioni.

- L'età è ancora un fattore chiave, soprattutto per quelli nei loro anni '70, '80, '90 o superiore, con rischi chiaramente crescenti con l'aumentare dell'età.
- La presenza aggiunta di ipertensione, diabete, obesità, malattie polmonari o renali croniche conferisce un ulteriore livello di rischio.
- Vivere in qualsiasi tipo di gruppo è un rischio definito e si deve essere gestito con attenzione o evitato. In molti luoghi, oltre il 50% dei decessi si è verificato in contesti di gruppo.
- I fattori genetici sottostanti sono ancora in fase di studio. Uno studio recente indica correlazioni con i gruppi sanguigni ABO. Un rischio più elevato è legato al gruppo sanguigno di tipo A-positivo e un effetto protettivo per il gruppo sanguigno di tipo 0-positivo. Sembra che il locus genetico del gruppo sanguigno possa avere un effetto positivo

o negativo sull'attivazione del recettore superficiale ACE2 (enzima di conversione dell'angiotensina 2), a cui il virus COVID-10 si lega quando entra e infetta le cellule. Questa può essere un'opportunità per una nuova terapia mirata.

- Ovviamente, avere il mieloma è un fattore di rischio, specialmente se la malattia è stata recentemente attiva, richiedendo una terapia di induzione o re-induzione, o ASCT (trapianto autologo di cellule staminali). La malattia stabile nella terapia di mantenimento sembra essere un rischio molto minore. Inoltre, la presenza di MGUS ([gammopatia monoclonale di significato incerto](#)) non sembra conferire un rischio speciale. (Discuto mieloma e COVID-19 con la dottoressa Suzanne Lentzsch del New York-Presbyterian Hospital, e il membro del Consiglio del FMI e il paziente del mieloma Yelak Biru in questo [podcast](#).)

Conclusioni

Gli individui con rischio più limitato (ad esempio, anziani, ma senza fattori di rischio medici, che vivono in modo indipendente) e possibilmente quelli il cui gruppo sanguigno è di tipo 0-positivo possono considerare l'espansione delle attività sociali più rapidamente di quelli in categorie a rischio più elevato.

La Via da Seguire

Affrontare la verità e le conseguenze direttamente è l'unico modo per fare progressi. La buona notizia è che c'è la sensazione che il vero cambiamento sia possibile e che con una migliore attenzione scientifica e pratica possiamo gestire potenziali picchi di COVID-19. Indossare una maschera in pubblico è molto importante. La chiave nei prossimi mesi sarà quello di rimanere al sicuro e sano di mente con il nuovo normale (o anormale), che continuerà a limitare i contatti sociali che sono tanto una parte di ciò che siamo. Spero che i suggerimenti che ho dato faciliteranno la via da seguire per espandere costantemente le attività sociali e comunitarie.