

## Perché Covid-19 è così pericoloso per gli adulti più anziani

Le persone anziane e le persone affette da malattie croniche sono maggiormente a rischio e il modo in cui rispondiamo alla minaccia colpisce tutti.

Da Umair Irfan e Julia Belluz Aggiornato Mar 13, 2020, 13:13 PM EDT

Anche prima che il [coronavirus Covid-19](#) raggiungesse più di [100 paesi in tutto il mondo](#), i primi dati provenienti dalla Cina - dove è iniziata l'epidemia - suggerivano che gli adulti più anziani fossero i più vulnerabili agli effetti peggiori della malattia.

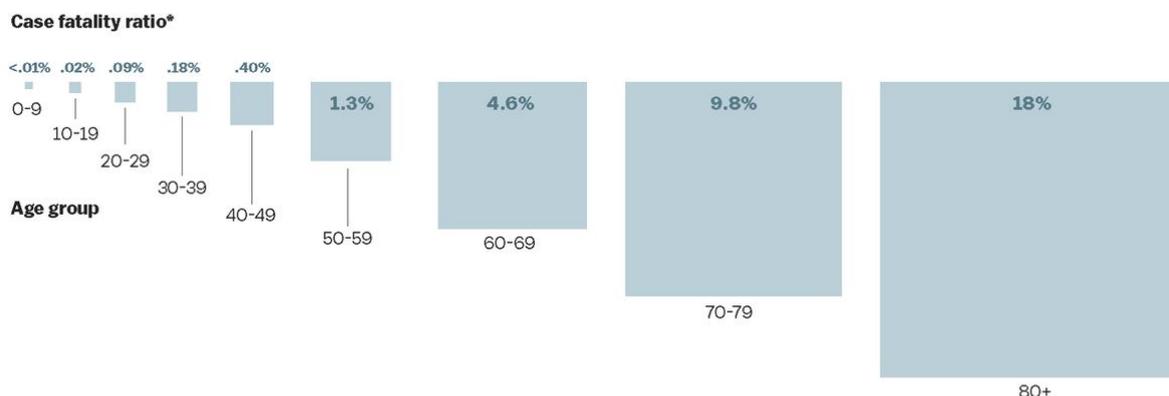
Ora, questi dati, insieme alla ricerca emergente dall'Italia - il secondo paese più colpito al mondo - stanno dimostrando quanto sia pericoloso Covid-19 per le persone anziane, e altri con malattie cardiache, polmonari e immunologiche.

In Italia, un paese con [una delle popolazioni più antiche del mondo](#), un'analisi del 4 marzo dell'istituto [sanitario nazionale](#) ha scoperto che dei [105 pazienti ritrovati](#) a causa del virus, l'età media era di 81 anni. Questo ha messo un divario di 20 anni tra l'età media delle persone che sono risultati positivi per il virus e il defunto, l'istituto ha detto. Venerdì, un medico di [terapia](#) intensiva lombarda - l'epicentro dell'epidemia in Italia - ha detto a *JAMA* che ci sono stati solo due morti di persone sotto i 50 anni.

Questa scoperta al quadrato con alcuni degli altri migliori dati sui rischi della nuova malattia respiratoria, dal Centro cinese per il [controllo](#) delle malattie. In un rapporto di fine febbraio, i ricercatori hanno esaminato i primi 72.314 pazienti con Covid-19 confermato o sospetto e hanno scoperto un'enorme variazione nel tasso di mortalità per fasce di età. In breve, la malattia sembra essere più letale nelle persone con ogni decennio che passa.

### Covid-19's case fatality rate increases with age, according to China's data

Estimated case fatality risk in Hubei, China, January-February 2020



\*Among all symptomatic and asymptomatic infections

Source: Adjusted age-specific case fatality ratio during the Covid-19 epidemic in Hubei, China, January and February 2020, medRxiv

Vox

Christina Animashaun/Vox

L'età, tuttavia, non racconta tutta la storia di chi è a rischio di malattie gravi. Infatti, rivela le vulnerabilità sottostanti nella popolazione più ampia a una malattia come Covid-19. Molti di

questi fattori sono concentrati tra gli adulti più anziani, ma anche i giovani con alcuni problemi di salute sottostanti sono a rischio. ([Il sessanta per cento degli americani ha almeno una condizione](#) cronica; il 40 per cento ne ha più di uno.)

Le lezioni che impariamo dai pazienti più anziani potrebbero aiutarci a curare e prevenire la diffusione. Ciò rende ancora più importante comprendere le variabili che mettono gli adulti più anziani a rischio in modo da poter sviluppare una strategia per proteggere la società nel suo complesso.

### **La funzione immunitaria diminuisce con l'età. Questo ci rende più suscettibili alle malattie più gravi.**

Con l'età, i sistemi che i nostri corpi usano per combattere le malattie si consumano. Non solo il corpo ha un tempo più difficile combattere nuove infezioni come Covid-19; è anche più probabile che sia afflitto da malattie croniche che rendono il sistema immunitario più debole.

Passiamo attraverso la prima parte: come i nostri corpi peggiorano a combattere gli invasori stranieri, compresi virus come SARS-CoV-2, che provoca Covid-19.

Negli adulti più anziani, il numero di globuli bianchi che trovano e aiutano a eliminare le infezioni può diminuire. Le cellule diventano anche meno abili nell'identificare nuovi agenti patogeni da combattere. Nel caso di Covid-19, il virus può anche danneggiare le cellule immunitarie che altrimenti potrebbero superare il virus. Se ci sono meno di queste cellule per cominciare, e sono anche più deboli di quanto non fossero una volta, una malattia può fare più danni.

CORRELATI

### **[Il test del coronavirus vergognosamente lento dell'America minaccia tutti noi](#)**

"La funzione immunitaria non è così robusta come lo è nei giovani", ha detto Sean Leng, un geriatra e professore di medicina presso la Johns Hopkins University School of Medicine. "Gli studi nel corso degli anni hanno dimostrato che nella maggior parte delle persone, la loro funzione immunitaria è abbastanza bene nel loro 60s, o anche nel loro 70s. Le funzioni immunitarie scendono piuttosto rapidamente dopo i 75 o gli 80 anni."

Quando entra in gioco una risposta all'infezione, il sistema immunitario di una persona anziana affronta una maggiore probabilità di una pericolosa reazione eccessiva nota come tempesta di [citochine](#). Le citochine sono proteine che fungono da segnali per il corpo per aumentare il suo meccanismo di lotta contro le infezioni.

CORRELATI

### **[Come i medici possono ridurre significativamente il numero di decessi dovuti a Covid-19](#)**

Ma durante una tempesta, queste citochine sono sovrapprodotte, che provoca grave infiammazione, febbre alta, e insufficienza d'organo. In altre parole, non è solo una risposta lenta alle infezioni che può danneggiare gli adulti più anziani; la reazione eccessiva del sistema immunitario ad un invasore può anche uccidere, ha detto Leng. "La causa della morte di questo virus è, n. 1, insufficienza respiratoria, e poi n. 2, probabilmente la tempesta di citochine." La buona notizia, [come hanno scritto due medici dell'Università dell'Alabama Birmingham per Vox](#), è che abbiamo trattamenti per la sindrome della tempesta di citochine, che potrebbe aiutare a salvare un numero significativo di vite in questo focolaio.

### **Le persone anziane hanno anche una maggiore prevalenza di malattie croniche**

Più a lungo viviamo, più è probabile che le nostre cellule si riproducano in modi pericolosi, più danni si accumulano e più è probabile che i nostri organi smettano di funzionare normalmente. Questo ci pone ad un rischio elevato di condizioni di salute croniche, come il cancro o il diabete. Insieme al sistema immunitario già indebolito, queste malattie sottostanti possono rendere più difficile per l'organismo scongiurare le infezioni. L'asporto: non è solo l'età da solo che mette in pericolo le persone; è essere più vecchio con una o più malattie croniche.

Tra i [105 pazienti morti in Italia a partire dal 4 marzo](#), due terzi avevano *tre o più* condizioni preesistenti. Il più comune era l'ipertensione, seguita da cardiopatia ischemica e diabete mellito. Queste malattie croniche possono lasciare gli organi degradati e più vulnerabili alle infezioni. Inoltre, i trattamenti per queste condizioni possono sopprimere il sistema immunitario, lasciando il corpo suscettibile agli agenti patogeni.

In un [rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sull'epidemia della Cina](#), il tasso di mortalità nelle persone che non hanno segnalato malattie croniche è stato dell'1,4 per cento, ma è aumentato in gruppi con queste condizioni: "13,2% per le persone con malattie cardiovascolari, 9,2% per il diabete, 8,4% per l'ipertensione, 8,0% per le malattie respiratorie croniche e 7,6% per il cancro."

Un altro studio sulla Cina, recentemente pubblicato su [The Lancet](#), ha scoperto che quasi la metà dei 191 pazienti ricoverati in ospedale nel campione aveva un'altra malattia di fondo.



Li Wei, a school teacher turned volunteer in the fight against coronavirus, takes an older resident's body temperature in Changsha, China, on February 28, 2020. *Xinhua/Chen Zeguo via Getty Images*

"Queste persone stanno morendo di un processo infiammatorio nei loro polmoni. Non è un processo infettivo, come un'infezione batterica o virale. È infiammatorio, come vediamo con la SARS", ha detto **Bruce Aylward**, che ha guidato la **missione dell'OMS** in Cina che ha prodotto il rapporto. Si riferiva al fatto che la SARS, come il nuovo coronavirus, spinse il sistema immunitario di alcune persone in overdrive, portando alla tempesta di citochine.

Ma che la risposta immunitaria sembra essere peggiore nelle persone con condizioni di salute sottostanti, i dati cinesi hanno mostrato. Aylward ha detto, "la percentuale di persone che muoiono che hanno avuto il cancro era la metà rispetto all'ipertensione e malattie cardiovascolari. Il diabete è un po' più basso di questi due, e il cancro di nuovo più basso.

Il **CDC** e l'OMS **WHO** raccomandano diverse misure di base per aiutare a prevenire la diffusione di Covid-19:

- **Lavarsi spesso le mani** per almeno 20 secondi.
- Coprire la tosse o starnutire con un tessuto, quindi gettare il tessuto nella spazzatura.
- Pulire e disinfettare gli oggetti frequentemente toccati.
- Resta a casa quando sei malato.
- Contattare un operatore sanitario se si hanno **sintomi**; febbre e tosse secca sono più comuni.
- **NON** toccare il tuo viso.
- **NON** viaggiare se hai la febbre e la tosse.
- **NON** indossare una maschera per il viso se stai bene.

Le linee guida possono cambiare. Rimani informato e stai al sicuro, con la guida di Vox [al Covid-19](#).

Non è chiaro perché Covid-19 è particolarmente rischioso per le persone con queste malattie. Ma in generale, le [malattie respiratorie possono essere particolarmente pericolose](#) per le persone con malattie cardiovascolari.

Quando i polmoni non funzionano correttamente, il cuore deve lavorare ancora di più. I ricercatori hanno anche saputo che il diabete può danneggiare il sistema nervoso e compromettere gli sforzi del corpo per eliminare le infezioni dai polmoni. Condizioni come l'alto livello di zucchero nel sangue associato al diabete possono anche sopprimere le cellule immunitarie.

Ci sono altri problemi associati con l'invecchiamento che svolgono un ruolo anche qui. Le persone anziane possono essere meno efficienti nella tosse e starnuti, rendendo più difficile per loro di cancellare il virus Covid-19, che infetta le vie respiratorie. Danni polmonari accumulati negli adulti più anziani da abitudini come fumare o respirare aria inquinata possono aumentare ulteriormente la vulnerabilità, quindi quando Covid-19 colpisce, può portare a problemi come la [polmonite grave](#).

D'altra parte, è ancora solo una minoranza di adulti più anziani che si trovano ad affrontare le conseguenze più gravi di Covid-19. Molti hanno recuperato, e le persone anziane in altrimenti buona salute probabilmente sopravviveranno all'infezione, Leng ha detto. "Se hai un forte sistema immunitario per cominciare, molto probabilmente puoi combattere contro il virus."

### **I fattori sociali svolgono un ruolo importante nella vulnerabilità alle malattie**

Oltre alla fisiologia, il modo in cui la società tratta gli adulti più anziani gioca un ruolo importante nel loro rischio di malattie come Covid-19. Allo stesso tempo, misure come l'allontanamento sociale e le quarantene rimangono le nostre tattiche più efficaci per proteggere i più vulnerabili durante questa epidemia.

"In questo momento non c'è un vaccino, quindi dobbiamo iniziare a pensare ad altri modi in cui le persone possono essere protette", ha detto Julie Masters, presidente del dipartimento di gerontologia dell'Università del Nebraska Omaha. (La geriatria è la specialità clinica per il trattamento degli anziani; la gerontologia è lo studio scientifico dell'invecchiamento.)

Ma ci sono compromessi con tattiche di distanziamento, in particolare per gli adulti più anziani isolati, come ha osservato [Ezra Klein](#) di Vox su un [importante rapporto](#) delle Accademie Nazionali delle Scienze che esamina le conseguenze per la salute dell'isolamento:

I ricercatori hanno scoperto che anche prima del coronavirus, circa un quarto degli adulti più anziani si adattava alla definizione di socialmente isolato - che misura il contatto sociale di routine - e il 43 per cento ha detto di sentirsi soli. Si può essere socialmente isolati senza riferire sentimenti di solitudine, e si può essere soli senza essere socialmente isolati. Ma entrambe le condizioni sembrano infliggere danni alla salute fisica e mentale.

Al contrario, i ricercatori hanno scoperto che le reti sociali robuste e le interazioni migliorano la salute degli adulti più anziani. "Sappiamo che quando le persone sono più integrate socialmente, quando hanno persone nella loro vita, quando hanno un senso di significato e di scopo, questo è un bene per il loro benessere generale, la loro salute generale", ha detto Masters.

Questo sta creando una situazione difficile per le persone anziane che hanno bisogno di protezione da malattie come Covid-19, ma potrebbero già essere abbastanza isolate. Quindi la preoccupazione qui non è solo le persone anziane che possono ammalarsi; sono le persone che sperimenteranno un calo della loro qualità di vita in risposta all'epidemia.

Un altro problema è come gli adulti più anziani interagiscono con il sistema sanitario. Come osservato in precedenza, l'età tende a portare più malattie croniche, che a loro volta richiedono interventi sanitari più frequenti o un trattamento in corso in luoghi come case di cura.

"Con i nostri adulti più fragili, più malati, non è solo che sono più anziani e hanno un sistema immunitario compromesso, è anche che molte volte sono in situazioni che li mettono a rischio, in termini di vita di riunirsi," ha detto Elaine Eshbaugh, una professoressa di gerontologia presso l'Università dell'Iowa settentrionale. "Possono vivere in una casa di riposo dove succede qualcosa come [Covid-19], decolla a macchia d'olio".

L'abbiamo visto accadere allo [Life Care Center](#) di Kirkland, Washington, dove Covid-19 ha infettato 50 residenti e ucciso 23 pazienti. I [Centri per il controllo e la prevenzione delle malattie](#) hanno ora messo a punto ulteriori orientamenti per le case di cura e le strutture di assistenza a lungo termine per affrontare l'epidemia.



Pat Herrick lost her mother, Elaine Herrick, 89, a resident of the Life Care Center nursing home in Kirkland, Washington. *Jason Redmond/AFP via Getty Images*



A cleaning crew suits up in protective clothing before entering Life Care Center on March 12, 2020. *John Moore/Getty Images*

"Data la loro natura congregata e i residenti serviti (ad esempio, gli adulti più anziani spesso con condizioni mediche croniche sottostanti), le popolazioni delle case di cura sono a più alto rischio di essere colpite da COVID-19", secondo il sito web del CDC. "Se infettato da SARS-CoV-2, il virus che causa COVID-19, i residenti sono ad aumentato rischio di malattie gravi."

Ma queste misure per limitare la diffusione del Covid-19 possono anche ostacolare la cura di altre malattie croniche tra gli adulti più anziani, in particolare perché le persone che forniscono le cure iniziano a mantenere le distanze. "Come un virus come questo diventa prevalente, non può essere che [adulti più anziani] si ammalano, può essere che la persona che entra nella loro casa per prendersi cura di loro ogni giorno ha una tosse e rimane a casa," Eshbaugh ha detto.

### **Gli adulti più anziani possono affrontare i rischi maggiori, ma l'epidemia di Covid-19 colpisce tutti**

Mentre la maggior parte delle persone infettate da Covid-19 sopravviveranno, ci saranno effetti a catena significativi se un gran numero di adulti più anziani si ammala molto o muore a seguito della malattia.

Questo è particolarmente vero negli Stati Uniti, dove la popolazione nel suo complesso sta invecchiando: ci sono quasi **50 milioni di americani** sopra i 65 anni, e i loro ranghi stanno crescendo rapidamente. Queste persone sono i nostri colleghi, datori di lavoro, amici, familiari, custodi ed educatori. Sono i principali contributori alla nostra economia e al nostro tessuto sociale, fornendo valore superiore a quello che è catturato da metriche economiche come il PIL.

Solo circa il **5 per cento degli anziani** negli Stati Uniti vive in strutture di assistenza assistita, il che significa che la stragrande maggioranza, anche chi s'occupa di malattie croniche, vive da solo o con la famiglia mentre vive la propria vita normale. E in questo momento, i **principali contendenti per la Casa Bianca** sono tutti sulla loro 70s.



Joe Biden held a press conference about the US coronavirus response in Wilmington, Delaware, on March 12, 2020. *Saul Loeb/AFP via Getty Images*

Ciò significa che tutti devono lavorare insieme per controllare la diffusione del Covid-19, e tutti noi soffriamo se non lo facciamo. I più giovani possono limitare la diffusione dell'infezione ai più vulnerabili con una buona igiene, auto-isolarsi quando sono malati e praticare misure di distanziamento sociale in modo da poter evitare di conseguire il virus e passarlo ai loro familiari più anziani. Questo è particolarmente importante per Covid-19 dal momento che le persone possono trasmettere il virus prima di sperimentare qualsiasi sintomo. E stiamo ancora imparando a conoscere i pericoli di questa malattia e quanto velocemente si sta diffondendo, quindi potrebbero esserci altri gruppi a rischio che ancora non capiamo.

## CORRELATI

### [Come gli eventi annullati e le self-quarantine salvano vite umane, in un unico grafico](#)

Alcuni dei fattori che mettono gli adulti più anziani a maggior rischio non sono unici per loro. Che tu abbia 75 o 35 anni, le malattie croniche peggiorano gli esiti delle infezioni come il nuovo coronavirus. I giovani si sono già ammalati e sono morti a base di Covid-19, anche se costituiscono una quota molto minore degli afflitti.

Tuttavia, il danno potenziale da questo virus potrebbe essere immenso: più di [10 milioni di americani sono immunocompromessi](#) e più di [100 milioni di adulti americani hanno diabete o prediabete](#). Quindi le misure che usiamo per proteggere gli adulti più anziani, sia fisicamente che mentalmente, possono aiutare i giovani in situazioni simili. "Ci sono giovani

... hanno queste condizioni di fondo, e questo è ciò che li mette a rischio" da Covid-19, Masters ha detto.

Questa epidemia è anche un'opportunità per ripensare e rafforzare la nostra salute personale e le infrastrutture sociali. "Questo può essere un campanello d'allarme per noi di pensare al nostro invecchiamento e cosa posso fare per essere sicuro di essere nella migliore salute possibile", ha detto Masters. "Significa, sto ricevendo una buona dieta? Mi sto allenando? Ho persone nella mia vita? Ho delle connessioni sociali? Tutte queste cose possono mantenerci sani."

Ma in un momento in cui le persone vengono costrette a separarsi - con la chiusura degli uffici, le conferenze cancellate, gli studenti che rimangono a casa, le palestre che chiudono e gli individui che si isolano - queste connessioni sociali stanno diventando più difficili da mantenere. Dovremo fare sforzi attivi per rimanere in contatto, per la nostra salute e per coloro che ci circondano.

Fonte: <https://www.vox.com/2020/3/12/21173783/coronavirus-death-age-covid-19-elderly-seniors>