



# LA SINDROME DEL LONG-COVID

COSA SAPERE

**A distanza di tre anni dalla comparsa dell'epidemia di COVID-19 è evidente come l'infezione da virus SARS-CoV-2 lasci, in diverse persone, uno strascico di segni e sintomi importanti che vengono etichettati sotto il nome di "post-COVID" o "long-COVID". Una ragione in più per proteggersi attraverso la vaccinazione.**

I dati dalle ricerche disponibili fino alla fine del 2022 indicano (in modo molto prudente) che più di 650 milioni di persone in tutto il mondo si siano ammalate di COVID-19 e che il 10% di queste, quindi ben 65 milioni,

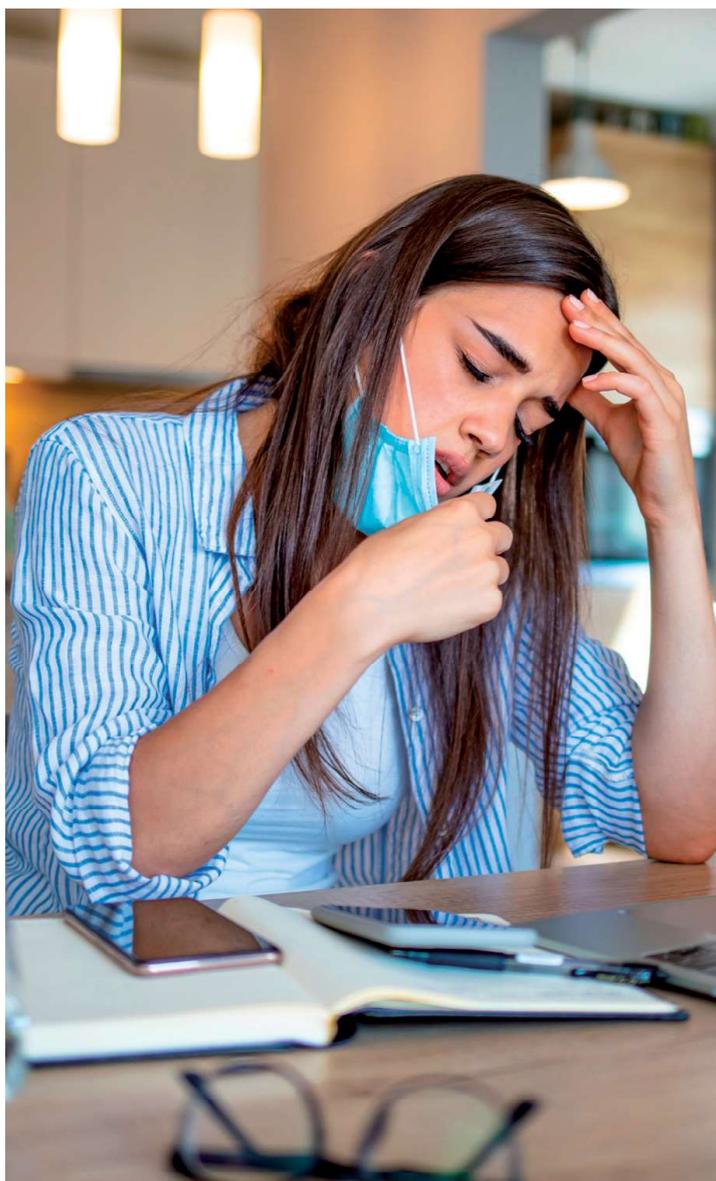
abbiano sperimentato una qualche forma di long-COVID. Con questo termine si indica l'insieme di segni e sintomi che si presentano dopo la fase iniziale della malattia e che perdurano oltre le quattro settimane. Solitamente sono interessati diversi organi o apparati, con disturbi che possono presentarsi nel tempo anche a fasi alterne di miglioramento e peggioramento, con possibili eventi gravi anche mesi o anni dopo l'infezione.

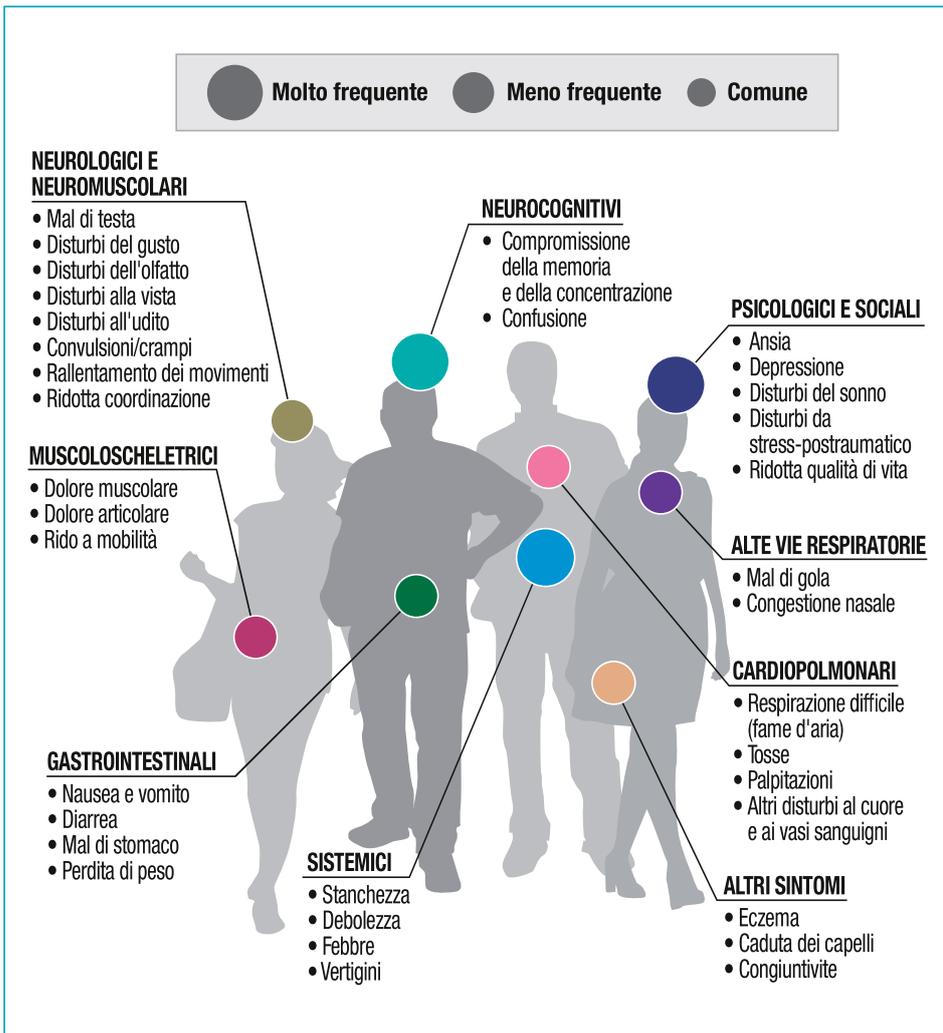
## FATTORI DI RISCHIO

Dai dati emerge che sono più colpite da long-COVID le donne, le persone che hanno avuto una eccessiva risposta immunitaria all'infezione iniziale e quelle di età più avanzata, sebbene tutte le fasce di età possano essere interessate, compresi i bambini. A maggior rischio sono anche le persone che non hanno completato il ciclo vaccinale e quelle con malattie preesistenti, come diabete, problemi respiratori, malattie autoimmuni o obesità. Chi ha contratto l'infezione nonostante la vaccinazione ha un rischio minore, seppure non nullo.

## SINTOMI

I sintomi del long-COVID possono essere gli stessi dell'infezione o diversi. Questo problema si presenta, infatti, in modo





Secondo una statistica inglese, la fatica è una delle manifestazioni più segnalate nel long-COVID, la cui prevalenza a cinque settimane dalla diagnosi è presente nel 11,9% dei casi.

La fatica cronica è più profonda del semplice "sentirsi stanchi"; è un costante stato di stanchezza che non dà tregua, riduce l'energia, la motivazione e la concentrazione della persona che ne è affetta.

Inoltre, coloro che hanno avuto il COVID-19 in forma grave e che sono state ricoverate in una unità di terapia intensiva sono a rischio di manifestare il cosiddetto "disturbo da stress post-traumatico", un disturbo mentale innescato da una esperienza

diverso da persona a persona, con varie combinazioni di segni e sintomi che possono interessare contemporaneamente più organi o apparati (vedi figura). La gravità dei sintomi può essere molto variabile e può essere tale da influenzare pesantemente le attività della vita quotidiana. Spesso è anche difficile stabilire se i sintomi sono dovuti all'infezione o a un'altra causa, ad esempio a una patologia preesistente.

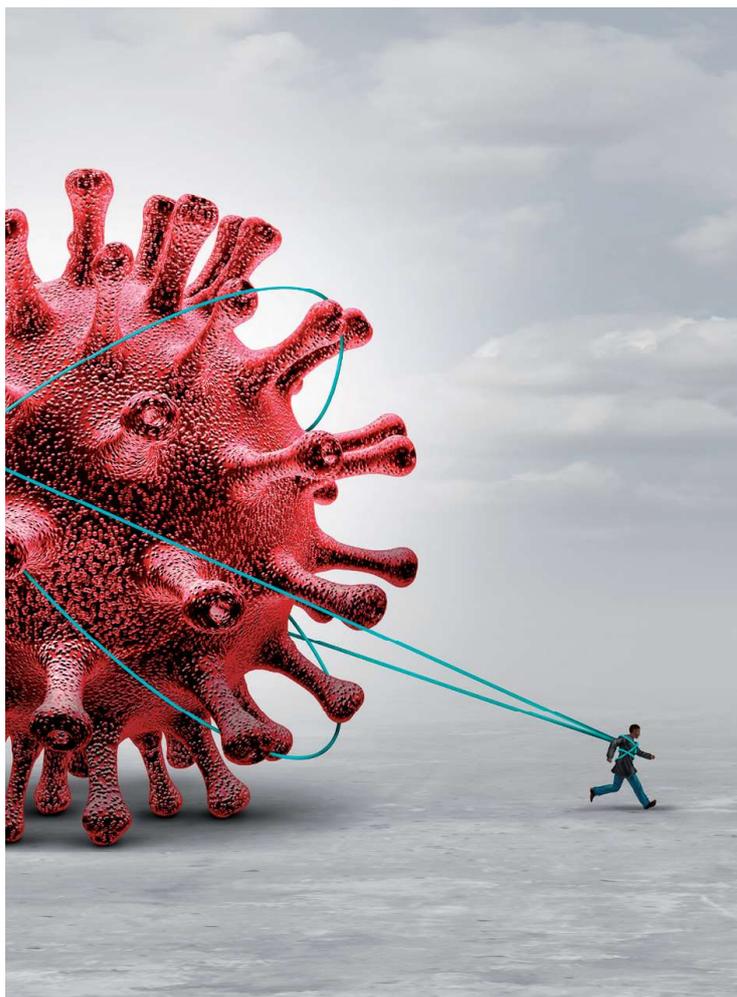
Alcuni sintomi del long-COVID sono simili a quelli causati dalla cosiddetta "sindrome da fatica cronica", una condizione che perdura almeno sei mesi, che peggiora con l'attività fisica o mentale, ma non migliora con il riposo.

di particolare gravità.

Un'altra importante sede degli effetti postumi all'infezione da SARS-CoV-2 è l'apparato cardiovascolare; si manifesta con aumentato rischio di infarto, aritmie, ictus e formazione di coaguli di sangue nei polmoni o nelle vene degli arti inferiori. Il long-COVID può innescare anche altre patologie, come il diabete o malattie renali.

## CAUSE

Ancora non si conoscono in modo certo quali siano le cause del long-COVID. Sono state avanzate diverse ipotesi, quali la persistenza nel corpo di serbatoi del virus o i danni che l'infezione da COVID può



aver provocato in organi come cuore, reni, pelle e cervello a causa dei processi infiammatori e delle risposte del sistema immunitario. Anche l'alterazione della composizione della flora intestinale può avere effetti, in particolare sui sintomi gastrointestinali e quelli neurologici.

### DIAGNOSI E TERAPIA

Data la complessità dei sintomi, i tanti organi coinvolti e la scarsa conoscenza dei meccanismi che portano all'insorgenza del long-COVID non è possibile diagnosticare in modo certo la malattia.

I risultati degli esami del sangue, delle radiografie o dell'elettrocardiogramma possono essere normali e rendere così difficile una diagnosi corretta, che può

richiedere tempo e ritardare la terapia. Inoltre, non essendo note le cause, i trattamenti sono rivolti di volta in volta al controllo dei sintomi per cercare di migliorare la qualità di vita dei pazienti.

### PREVENZIONE

Una volta contratta l'infezione non esiste un modo per prevenire i sintomi del long-COVID. In primo luogo, dunque, è necessario vaccinarsi contro il COVID-19 ed effettuare regolarmente i richiami secondo le indicazioni fornite dalle Autorità sanitarie.

Non bisogna in ogni caso dimenticare le altre misure di protezione, come l'igiene delle mani con acqua e sapone o specifici prodotti disinfettanti.

Indossare la mascherina, anche se non più obbligatoria, è un'ulteriore precauzione in alcune circostanze ad esempio nei luoghi affollati.

### BAMBINI E LONG-COVID

I bambini e gli adolescenti possono manifestare il long-COVID, indipendentemente dal fatto che abbiano avuto sintomi del COVID-19.

In questi casi si parla di "sindrome infiammatoria multi-sistemica", una grave complicanza ritardata dell'infezione da SARS-CoV-2 che può svilupparsi nei bambini e nei giovani adulti. La condizione è causata dall'infiammazione di diverse parti del corpo, tra cui cuore, polmoni, reni, cervello, pelle, occhi e organi gastrointestinali. I bambini di età compresa tra 5 e 11 anni ne sono colpiti più frequentemente.