



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PALERMO

Rassegna Stampa

di Mercoledì 29 aprile 2020



Cronaca

Mascherina obbligatoria? L'esperta: "Molto meglio mantenere le distanze e lavarsi le mani"

Alessandra Casuccio, docente di Igiene [all'università di Palermo](#), spiega dove, come e quando usare il dispositivo di protezione e mette anche in guardia da errori: "Deve essere aderente al volto e non va toccata senza essersi prima lavati o disinfettati le mani. E' inutile all'aperto o quando si corre"

PT Sandra Figliuolo
28 APRILE 2020 14:11

Foto Ansa

Tutto ciò che avreste voluto sapere sulla mascherina (ma non avete mai osato chiedere) si potrebbe dire parafrasando il titolo del famoso film di Woody Allen. Quando e dove usarla? Di che tipo deve essere? Quanto dura? E' proprio vero che ci protegge sempre dal Covid-19? Ecco una piccola guida e un appello alla razionalità e alla serenità, formulati dalla professoressa Alessandra Casuccio, docente di Igiene [all'università di Palermo](#), che chiarisce: "La mascherina non deve essere un obbligo, ma un presidio utilizzato con responsabilità. Non serve quando è possibile mantenere il distanziamento fisico dagli altri, specialmente all'aperto" e soprattutto "non deve farci sentire onnipotenti, portandoci a fare paradossalmente gesti pericolosi, come toccarsi il viso o appunto ridurre le distanze dagli altri, che sono quelli che invece ci tengono al riparo dal virus". Casuccio invita ad affrontare il contesto dalla pandemia "sorridente e senza psicosi" e mette anche in guardia da errori che possono essere più dannosi che non indossare affatto la mascherina.

La regola fondamentale per proteggerci da questo virus?

"La regola principale è la distanza fisica, che non deve essere però anche sociale, associata ad un'igiene costante delle mani, lavandole o disinfettandole. Un altro punto vincente è non uscire quando non si sta bene, cosa che dovrebbe essere scontata, ma purtroppo non lo è quasi per nulla".

E la mascherina che da più parti si vorrebbe obbligatoria?

"La mascherina serve in determinati contesti e quando sappiamo che non sarà possibile con certezza mantenere la distanza dagli altri. E' fondamentale sui mezzi di trasporto pubblico, in aerei o treni, per esempio, ma anche in locali

I più letti di oggi

- 1 Coronavirus, i numeri "premio" la Sicilia: è la regione con indice di contagio più basso
- 2 Marito lascia moglie e si porta la carta del reddito di cittadinanza: rissa a colpi di catena
- 3 Saracinesche alzate e luci accese, flashmob di ristoranti e pub: "Meglio chiusi, che norme assurde"
- 4 "Boss mafiosi lasciano il 41 bis grazie al virus", padrini dal carcere duro ai domiciliari?

chiusi e di piccole dimensioni”.

In tanti - troppi - pensano che la mascherina li metta al riparo da qualsiasi pericolo, non è forse proprio questo il... pericolo maggiore?

“Certamente, questo è un aspetto cruciale: la mascherina non deve farci sentire onnipotenti. E’ come il casco che usiamo per andare in moto: il fatto di indossarlo non ci mette al riparo da incidenti. Quando indossiamo la mascherina dobbiamo sempre comunque mantenere le distanze e badare all’igiene delle mani”.

In tanti si aggiustano costantemente la mascherina, è un gesto che espone a rischi?

“Sì, perché attraverso le mani, peggio se indossiamo pure i guanti, portiamo in realtà germi e batteri verso le nostre vie respiratorie. La mascherina deve essere ben aderente al volto e non va toccata. Va messa e tolta solo dopo essersi accuratamente lavati o disinfettati le mani”.

Che tipo di mascherina bisogna utilizzare?

“Non consumiamo inutilmente il materiale che serve invece agli operatori sanitari, nella normalità le mascherine con la valvola, per esempio, che hanno oltretutto un costo elevato, sono del tutto inappropriate. Basta una mascherina chirurgica, ben aderente al viso. Protegge mediamente gli altri dal 70 per cento delle nostre emissioni. Possiamo considerarlo quindi come un gesto di altruismo che, se fatto da ogni persona quando è necessario, ci protegge tutti”.

Per quanto tempo si può indossare la stessa mascherina?

“Il modello coreano prevede l’uso di due mascherine alla settimana, si può seguire questa regola e non è necessario quindi fare scorte di presidi per l’eternità. Naturalmente la mascherina va conservata con cura e, ribadiamolo, non va toccata se prima non ci si è lavati o disinfettati le mani”.

Veniamo al punto cruciale: quando va utilizzata?

“Dipende da cosa dobbiamo fare. Se sappiamo che andremo in luoghi chiusi e che forse non riusciremo a mantenere la distanza fisica dagli altri è meglio indossarla. Dobbiamo considerarla, per fare un altro esempio, un po’ come un impermeabile o un ombrello che ci portiamo dietro per proteggerci in caso dovesse piovere”.

Serve quando si corre o si passeggia all’aperto, sempre mantenendo le distanze?

“No, anzi quando si corre potrebbe addirittura essere un problema per la respirazione”.

E al mare avrebbe un senso, visto che tra le ipotesi c'è anche questo?

“No, se si mantengono le distanze, ci si lava e ci si disinfetta le mani, non serve”.

Con i bambini invece come bisogna comportarsi?

“Sarebbe meglio evitare di portare i bambini nelle situazioni che possono comportare dei rischi e nello specifico in luoghi chiusi. Con i più piccoli è più difficile controllare le distanze ed evitare, in caso indossino la mascherina, che si tocchino la faccia. La mascherina potrebbe essere necessaria se per esempio i bambini fanno visita ai nonni, visto che sappiamo che gli anziani sono soggetti particolarmente a rischio”.

Dalle sue parole sembra di capire che non considera la mascherina come un presidio obbligatorio...

“Non credo vada imposta come un obbligo, deve essere semplicemente utilizzata con responsabilità nei contesti e le circostanze in cui serve realmente”.

Prima faceva cenno ai guanti, li ritiene utili?

“I guanti sono infidi perché danno una sensazione di sicurezza che in realtà non garantiscono, molto meglio le mani nude e costantemente igienizzate. I guanti possono servire per esempio al supermercato, dove senz'altro toccheremo la merce sugli scaffali, ma non devono entrare a contatto con il viso, men che meno con la mascherina”.

C'è un sentimento diffuso di paura in giro e non mancano rimproveri ed aggressioni verbali a chi non indossa la mascherina nei casi in cui, come ha appena spiegato, in realtà non serve...

“E' un sentimento comprensibile, questa è una situazione molto complessa. Noi dobbiamo colpire il virus nei suoi punti deboli, prima di tutto mantenendo le distanze. La mascherina in certi casi è un'ulteriore arma. Non bisogna aver paura, ma essere razionali, capire che le regole della nostra convivenza in questa fase sono radicalmente mutate, usare l'inventiva per far ripartire le attività seguendo un nuovo modo di vivere. Ma bisogna essere sereni, sorridere. Anche quando si indossa la mascherina”.

Persone: **Alessandra Casuccio** Argomenti: **coronavirus**

Tweet

In Evidenza

Il sesso ai tempi del Covid, i medici: "Il virus non è nel liquido"

Proprietà terapeutiche del Cbd: che cosa è e quali sono le sue

Quarantena e decluttering: come liberarsi del superfluo,

Smart working e mal di schiena, la chiropratica contro le posture



Salute

Mascherine for dummies, i due errori da evitare

Mai toccare i dispositivi di protezione con le mani (se non disinfettate) ed evitare di sentirsi onnipotenti. L'esperta: "La regola principale per non infettarsi resta la distanza fisica"

TD Redazione
28 APRILE 2020 15:03

Passeggeri con i volti coperti da mascherine protettive utilizzano un treno della linea A della metropolitana durante l'emergenza Covid-19, Roma, 27 aprile 2020. ANSA/MASSIMO PERCOSSI

Si fa presto a dire **mascherine per tutti**. Come spiegano da tempo virologi, igienisti ed immunologi, i dispositivi di protezione vanno usati con le dovute precauzioni altrimenti rischiano di essere inutili (nella migliore delle ipotesi) o addirittura controproducenti (nella peggiore). Le "regole" da rispettare ormai sono note ai più, ma forse non proprio a tutti (alzi la mano chi non ha mai visto qualcuno portare alla bocca una mascherina abbassata sul collo). Insomma, a cosa dobbiamo stare attenti quando mettiamo la mascherina? **PalermoToday lo ha chiesto** ad Alessandra Casuccio, docente di Igiene **all'università di Palermo**.

Non toccare la mascherina con le mani

Regola numero uno: mai toccare la mascherina (e tantomeno il viso) con le mani se non adeguatamente disinfettate. Aggiustarsi costantemente la mascherina, spiega Casuccio, è un gesto che espone a rischi "perché attraverso le mani, peggio se indossiamo pure i guanti, portiamo in realtà germi e batteri verso le nostre vie respiratorie. La mascherina deve essere ben aderente al volto e non va toccata. Va messa e tolta solo dopo essersi accuratamente lavati o disinfettati le mani".

Evitiamo di sentirci onnipotenti

Regola numero due: non sentirsi onnipotenti. La **mascherina** "è come il casco che usiamo per andare in moto: il fatto di indossarlo non ci mette al riparo da incidenti. Quando indossiamo la mascherina dobbiamo sempre

APPROFONDIMENTI

Coronavirus, l'altra trincea: esplose la rabbia contro le banche

28 aprile 2020

"Mi vuoi ancora sposare?": infermiere nel reparto Covid rinnova così la promessa di matrimonio

28 aprile 2020

Coronavirus, il caso del sindaco positivo dopo 7 tamponi (e 49 giorni)

28 aprile 2020

Coronavirus, devo lavare scarpe e vestiti quando torno a casa?

28 aprile 2020

Coronavirus, si o no all'aria condizionata?

28 aprile 2020

I più letti oggi

- 1** Modulo di autocertificazione, cosa cambierà dopo il 4 maggio
- 2** Fase due, il virologo Crisanti: "Scelta senza criterio, rischio diverso tra regione e regione"
- 3** L'app Immuni in funzione a maggio: "Alert dopo contatto per più di 15 minuti con persona positiva"
- 4** Coronavirus, devo lavare scarpe e vestiti quando torno a casa?

Notizie Popolari

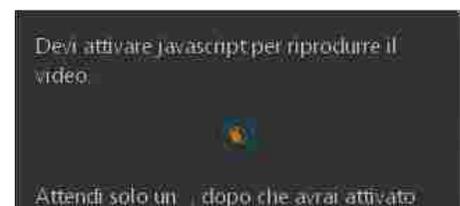
Modulo di autocertificazione, cosa cambierà dopo il 4 maggio

Coronavirus, dove avvengono i contagi: per la prima volta l'Iss fornisce i dati

Strani geloni e altri segni sulla pelle: le possibili spie del coronavirus

Coronavirus, donna incinta curata col plasma dei guariti: "La bambina si chiamerà Vittoria"

Video del giorno



comunque mantenere le distanze e badare all'igiene delle mani".

istante

javascript

La regola principale per proteggerci dal virus resta quella della distanza fisica, "che non deve essere però anche sociale, associata ad un'igiene costante delle mani, lavandole o disinfettandole. Un altro punto vincente è non uscire quando non si sta bene, cosa che dovrebbe essere scontata, ma purtroppo non lo è quasi per nulla".

In quali luoghi è utile la mascherina

E la mascherina che da più parti si vorrebbe obbligatoria? "La mascherina serve in determinati contesti e quando sappiamo che non sarà possibile con certezza mantenere la distanza dagli altri. È fondamentale sui mezzi di trasporto pubblico, in aerei o treni, per esempio, ma anche in locali chiusi e di piccole dimensioni". Insomma, "dipende da cosa dobbiamo fare. Se sappiamo che andremo in luoghi chiusi e che forse non riusciremo a mantenere la distanza fisica dagli altri è meglio indossarla. Dobbiamo considerarla, per fare un altro esempio, un po' come un impermeabile o un ombrello che ci portiamo dietro per proteggerci in caso dovesse piovere".

Quando siamo all'aperto, o quando si corre la mascherina è invece "inutile" anzi "potrebbe addirittura essere un problema per la respirazione".

"Basta una mascherina chirurgica"

Per quanto riguarda la tipologia, "basta una mascherina chirurgica, ben aderente al viso. Protegge mediamente gli altri dal 70 per cento delle nostre emissioni. Possiamo considerarlo quindi come un gesto di altruismo che, se fatto da ogni persona quando è necessario, ci protegge tutti". Nella normalità, spiega ancora l'igienista, le mascherine con la valvola "sono del tutto inappropriate" e andrebbero lasciate al personale sanitario.

Per quanto tempo si può indossare la stessa mascherina? "Il modello coreano prevede l'uso di due mascherine alla settimana, si può seguire questa regola e non è necessario quindi fare scorte di presidi per l'eternità. Naturalmente la mascherina va conservata con cura e, ribadiamo, non va toccata se prima non ci si è lavati o disinfettati le mani".

Persone: **Alessandra Casuccio** Argomenti: **coronavirus** **coronavirus fase 2**

salute

Tweet

In Evidenza

Cos'è e come ottenere il bonus energia elettrica

Italiani in lockdown: il 40% è ingrassato, 4 su 10 soffrono l'insonnia

Ogni pesce ha la sua stagione: ecco quale specie mangiare in base al periodo

Wifi Mesh il sistema per avere la connessione adatta ad una casa domotica