

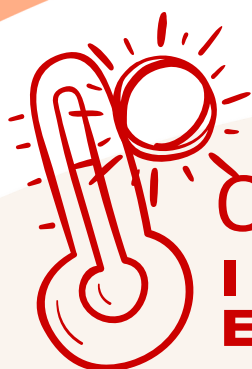
ONDATE DI CALORE I RISCHI PER LA SALUTE E LE ARBOVIROSI

**COSA SONO, CHE PERICOLI COMPORTANO,
COME FARE PREVENZIONE**

A causa dell'aggravarsi del cambiamento climatico e dei fenomeni ad esso legati, gli ultimi 10 anni sono stati i più caldi da quando esistono rilevazioni ufficiali, con la temperatura media globale che nel 2024 è stata di 1,55 gradi centigradi in più rispetto alla media preindustriale (fonte Organizzazione Meteorologica Mondiale delle Nazioni Unite "State of the Climate 2024").

Il cambiamento climatico influisce sulla salute sia in maniera diretta che indiretta, e produce alterazioni socio-economiche, come sintetizzato nello schema che segue (fonte: IPCC "AR6 Synthesis Report Climate Change 2024").

EFFETTI DIRETTI	EFFETTI INDIRETTI	ALTERAZIONI SOCIOECONOMICHE
Esposizione agli eventi climatici estremi (siccità, alluvioni, temporali) e mutamento delle precipitazioni	Esposizione a vettori di patogeni (vedi Vademecum Arbovirosi)	Crisi alimentari
Effetti dell'esposizione alla temperatura e all'umidità (colpo di calore) vedi Vademecum calore	Esposizione ad allergeni	Migrazioni
Effetti dell'esposizione solare (colpo di Sole) vedi Vademecum Calore		Conflitti



ONDATE DI CALORE I RISCHI PER LA SALUTE E LE ARBOVIROSI

CHE COSA SONO

La maggior proliferazione e circolazione sul territorio italiano di specie animali e vegetali anche non autoctone è un effetto indiretto del cambiamento climatico. Questo cambiamento può contribuire a diffondere nel nostro territorio malattie alle quali non eravamo abituati.

La causa non è solo legata ai cambiamenti climatici. Anche la globalizzazione, l'aumento dei viaggi e dei commerci stanno rapidamente incrementando il tasso con cui le malattie possono diffondersi in nuove aree geografiche.

Le Arbovirosi sono un gruppo specifico di malattie virali (arbovirus) trasmesse da vettori artropodi (come per esempio zanzare, zecche e flebotomi). I sintomi più comuni di queste malattie sono febbre e malessere generale. Va ricordato comunque che, non avendo sintomi molto specifici, sono facilmente confondibili con altre malattie. In alcuni casi, soprattutto nelle persone anziane e nei soggetti fragili, queste malattie possono causare problemi di salute anche gravi.

QUALI SONO I PRINCIPALI VETTORI

**Zanzara Aedes (tra cui Aedes Albopictus), la cosiddetta “zanzara tigre”.
Trasmette Chikungunya, Febbre gialla, Dengue, Zika.**

Zanzara comune (Culex) che può trasmettere il Virus West Nile.

Zecca che può provocare encefalite da zecca (TBE).

ARBOVIROSI

IMPARIAMO A DISTINGUERE I PRINCIPALI VETTORI



Zanzara Tigre - Si può riconoscere dalle macchie bianche sulle zampe e da bande chiare a forma di lira sul torace. È originaria dell'Africa, ma è stata trasportata passivamente col traffico marittimo in tutte le regioni tropicali e subtropicali. E' fortemente antropofila, ovvero punge volentieri gli esseri umani.

Dove si sviluppa: Nei contenitori d'acqua presenti in ambito urbano.

Quando punge: Prevalentemente durante le ore diurne, con un picco all'alba (principale) e al tramonto (secondario).



Zanzara comune (Culex) - È di dimensioni piuttosto minute e di colorazione sul marroncino. Esistono due forme biologiche di Cx. pipiens: una rurale che si nutre prevalentemente sugli uccelli e una urbana (mammiferi e uomo). Quest'ultima è un'evoluzione della prima ed è in grado di accoppiarsi in spazi ristretti, e di essere attiva anche in inverno. Si introduce spesso all'interno delle abitazioni risultando particolarmente fastidiosa.

Dove si trova: in campagna e in città.

Quando punge: prevalentemente al crepuscolo o nelle ore serali.



Zecca – provoca l'Encefalite da zecca (Tbe) - In Italia sono note 36 specie di zecche, suddivise fra zecche "dure" e "mollì". In generale la loro attività si concentra nei mesi caldi.

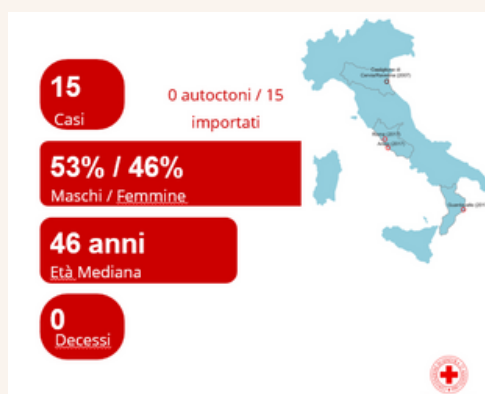
Dove si trova: Durante la stagione invernale tendono a proteggersi dal freddo rifugiandosi sotto le pietre o interrando in profondità.

Quando punge: Le zecche non saltano e non volano sugli ospiti sui quali si nutrono ma generalmente si portano sull'estremità delle piante erbacee o dei cespugli aspettando il passaggio di un animale al quale aggrapparsi (essere umano incluso). La puntura è generalmente indolore perché le zecche inoculano nell'ospite una certa quantità di saliva che contiene principi anestetici. Generalmente le zecche rimangono attaccate all'ospite per un periodo che varia tra i 2 e i 7 giorni e poi si lasciano cadere spontaneamente.



ARBOVIROSI

LE ARBOVIROSI IN DETTAGLIO



Chikungunya

Ha un periodo di incubazione variabile fino a un massimo di 12 giorni (in media di 3-7 giorni).

Sintomi: febbre improvvisa e dolori alle articolazioni tali da limitare i movimenti dei pazienti.

Altri sintomi includono dolore muscolare, mal di testa, affaticamento e rash cutaneo. Il dolore alle articolazioni è spesso debilitante.

Durata: il dolore generalmente dura alcuni giorni ma può anche prolungarsi. Nella maggior parte dei casi i pazienti si riprendono completamente, tuttavia, in alcuni casi il dolore alle articolazioni può persistere per mesi o anche anni. Spesso i sintomi nelle persone infette sono lievi e l'infezione può non essere riconosciuta o male interpretata.

Complicanze: Occasionalmente sono state segnalate complicanze oculari, neurologiche, cardiache e gastrointestinali. Raramente si verificano complicanze gravi, tuttavia negli anziani la malattia può essere una concausa di morte.

Febbre Dengue

Di origine virale, la dengue è causata da quattro virus molto simili (Den-1, Den-2, Den-3 e Den-4) ed è trasmessa agli esseri umani dalle punture di zanzare. Il virus circola nel sangue della persona infetta per 2-7 giorni, e in questo periodo la zanzara può prelevare e trasmetterlo ad altri.

Sintomi: Normalmente la malattia dà luogo a febbre nell'arco di 5-6 giorni dalla puntura di zanzara, accompagnata da mal di testa acuti, dolori attorno e dietro agli occhi, forti dolori muscolari e alle articolazioni, nausea e vomito, irritazioni della pelle che possono apparire sulla maggior parte del corpo dopo 3-4 giorni dall'insorgenza della febbre.

I sintomi tipici sono spesso assenti nei bambini.

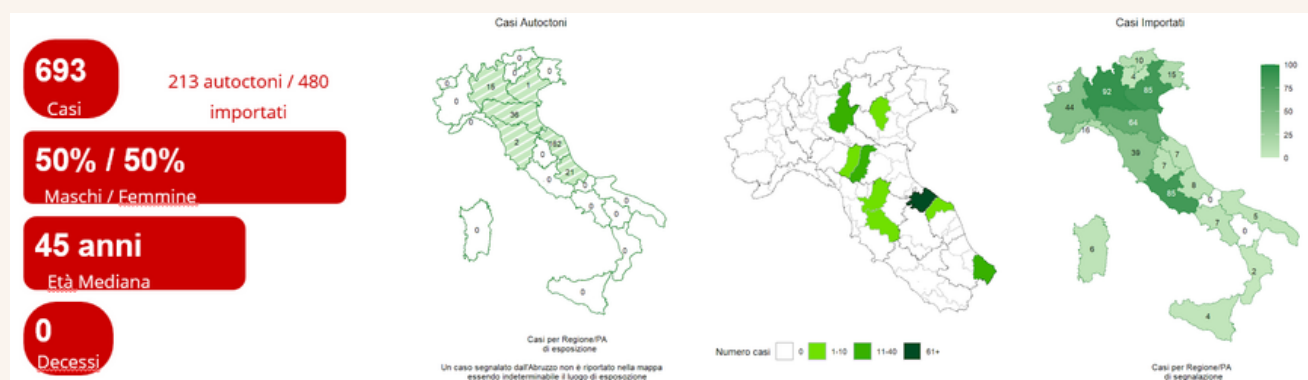
Durata: Non esiste un trattamento specifico per la dengue, e nella maggior parte dei casi le persone guariscono completamente in due settimane. Le cure di supporto alla guarigione consistono in riposo assoluto, uso di farmaci per abbassare la febbre e somministrazione di liquidi al malato per combattere la disidratazione. In qualche caso, la stanchezza può permanere anche per alcune settimane.

ARBOVIROSI

Complicanze: La malattia può svilupparsi sotto forma di febbre emorragica con emorragie gravi da diverse parti del corpo che possono causare veri e propri collassi e, in casi rari, risultare fatali.

Vaccino Febbre Dengue

QDENGHA è l'unico vaccino contro la dengue la cui commercializzazione è stata autorizzata in Italia dall'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA).



Zika Virus

La trasmissione all'uomo del virus Zika avviene generalmente tramite la puntura della zanzara.



Sintomi: si stima che nell'80% dei casi l'infezione sia asintomatica. I sintomi, quando presenti, sono simili a quelli di una sindrome simil influenzale autolimitante, della durata di circa 4-7 giorni, a volte accompagnata da rash, artralgia, mialgia, mal di testa e congiuntivite. Compaiono a distanza di 3-13 giorni dalla puntura della zanzara vettore.

Nelle donne in età fertile o in gravidanza, il virus Zika aumenta il rischio di microcefalia del feto.



ARBOVIROSI

Febbre West Nile

Infezione e contagio: I serbatoi del virus sono gli uccelli selvatici e le zanzare (più frequentemente del tipo Culex), le cui punture sono il principale mezzo di trasmissione all'uomo.

Il periodo di incubazione dal momento della puntura della zanzara infetta varia fra i 2 e i 14 giorni.

Sintomi. I sintomi più gravi si presentano in media in meno dell'1% delle persone infette (1 persona su 150), e comprendono febbre alta, forti mal di testa, debolezza muscolare, disorientamento, tremori, disturbi alla vista, torpore, convulsioni, fino alla paralisi e al coma.

Complicanze: Alcuni effetti neurologici possono essere permanenti. Nei casi più gravi (circa 1 su mille) il virus può causare un'encefalite letale.

Dati in Italia 2024

460

Casi

272

sintomi neuro invasivi

141

con febbre

20

Decessi

COME PROTEGGERSI

PROTEGGITI dalle punture di zanzare e morsi di zecche.

PRENDITI CURA delle aree private per ridurre la proliferazione delle zanzare.

PRESTA ATTENZIONE in caso di viaggi o escursioni.

La misura preventiva più efficace contro le Arbovirosi consiste nell'evitare di entrare in contatto con i vettori del virus.

ARBOVIROSI

CONSIGLI UTILI PER PROTEGGERSI



REPELLENTI CUTANEI

Con quale frequenza deve essere applicato il repellente?

La durata dell'efficacia dipende dalla tipologia e concentrazione del principio attivo: più è alta la percentuale di principio attivo, più duratura è la protezione. L'efficacia e la durata dell'azione protettiva dipendono inoltre anche da altri fattori, quali strofinamento, temperatura ambientale, sudorazione, ecc.

I prodotti repellenti a base di estratti vegetali sono efficaci?

Anche per scegliere un repellente a base di estratti vegetali efficace bisogna controllare sull'etichetta che si tratti di un prodotto registrato come PMC o Biocida. I prodotti registrati attualmente in commercio sono quelli a base di eucalipto e geraniolo. Formulati a base di citronella, lavanda e bergamotto non garantiscono invece un'efficacia adeguata. Un prodotto non registrato non è stato testato per possibili conseguenze derivanti dal suo uso, e va quindi considerato un prodotto non sicuro.

Cosa si intende per "prodotto registrato"?

Significa che il prodotto è di provata efficacia e che il Ministero della Salute non ritiene che possa provocare effetti nocivi per la salute umana o per l'ambiente, se usato secondo le indicazioni riportate in etichetta.

I repellenti possono essere usati dalle donne in gravidanza o che allattano?

Non ci sono particolari problemi per il loro uso da donne in gravidanza o in allattamento. Verificare comunque quanto riportato in etichetta.

È possibile utilizzare un repellente e una protezione solare allo stesso tempo?

Sì. Le persone possono utilizzare sia una protezione solare sia un repellente quando sono all'aperto. In generale, si consiglia di applicare prima la protezione solare e poi il repellente. La protezione solare ha comunque bisogno di essere applicata più spesso del repellente.

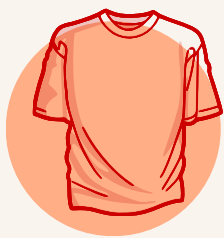
Si possono usare i repellenti sui vestiti?

Sì. Puoi impregnare i vestiti prima di indossarli con prodotti specifici ad esempio prodotti a base di permetrina, disponibili in commercio. E' da segnalare, tuttavia, che negli ultimi anni si è registrata una resistenza del principio attivo da parte delle zanzare (soprattutto aedes). Pertanto, la loro efficacia è ridotta.



ARBOVIROSI

CONSIGLI UTILI PER PROTEGGERSI



VESTITI ADEGUATAMENTE

Indossare vestiti lunghi e coprenti (es. Maniche e pantaloni lunghi). Quando fa caldo preferire tessuti leggeri adatti all'estate (es. tessuti in lino, cotone, ecc.). Se si fa un'escursione in montagna o in terreni coperti da vegetazione si raccomanda sempre di utilizzare calzature adeguate e coprenti (evitare sandali e infradito), usa calzini alti e colori chiari per l'abbigliamento.

CONTROLLA OGNI PARTE DEL CORPO

Specialmente al rientro da un'escursione controllare accuratamente ogni parte del corpo, le zecche amano insediarsi sulla testa, sul collo, sui fianchi e dietro alle ginocchia.



Rimozione di zecche, punture e morsi di insetti

In assenza di un dispositivo commerciale per la rimozione delle zecche, il soccorritore può afferrare la zecca il più vicino possibile alla superficie cutanea utilizzando una pinzetta a punta fine, rimuovendola con un movimento graduale e costante, senza torsioni.



PRENDITI CURA DELLE AREE PRIVATE

Alcuni semplici accorgimenti possono permetterti di evitare che le zanzare proliferino negli ambienti in cui vivi.

Evita i ristagni di acqua

E' sufficiente pochissima acqua stagnante affinché le zanzare possano depositare le uova e riprodursi. Si tenga conto che hanno un raggio di movimento che va da poche decine di metri (zanzare aedes) a qualche Km (culex).

Cosa puoi fare?

- Svuota di frequente i contenitori con acqua stagnante (per esempio, secchi, vasi per fiori e sottovasi, catini, bidoni, ecc.), coprendo quelli inamovibili.
- Cambia spesso l'acqua nelle ciotole per gli animali.
- Svuota le piscinette per i bambini quando non sono usate.
- Usa prodotti larvicidi.

I larvicidi sono prodotti che uccidono le larve, acquistabili nei consorzi agrari, in farmacia o in negozi specializzati. Devono essere applicati periodicamente. Utilizzati nel modo corretto non sono dannosi e hanno un'efficacia duratura. Consultare sempre le schede tecniche dei prodotti per la periodicità e le modalità di applicazione delle aree private.



ARBOVIROSI

CONSIGLI UTILI PER PROTEGGERSI



ZONE URBANE

I Comuni e le Aziende Sanitarie Locali ogni anno eseguono interventi mirati per ridurre le zanzare nelle aree pubbliche. Questi interventi servono a uccidere le larve di zanzara e non sono dannosi per l'ambiente, le persone e gli animali.

Ricordati di usare le zanzariere

Tieni le zanzariere abbassate per limitare la presenza delle zanzare in casa quando si aprono porte e finestre esterne.

Se stai programmando un viaggio all'estero...

Durante i viaggi è importante proteggersi. Soprattutto nei paesi tropicali, c'è il rischio di malattie trasmesse dalle zanzare (come dengue, chikungunya o zika) o da altri insetti. Possibilmente 2-3 mesi prima di partire è importante prenotare una consulenza presso gli ambulatori di medicina dei viaggi. Durante la consulenza il personale esperto potrà dare informazioni utili per ridurre i rischi e raccomandare eventuali vaccinazioni.

Dopo essere rientrati è importante controllare se compaiono alcuni sintomi particolari (es. febbre, malessere generale, dolore oculare, manifestazioni cutanee). In presenza di sintomi rivolgersi al medico facendo presente il paese in cui si è stati.