

Zanzare, zecche, bisce e altri incontri sgraditi “Ecco cosa si può fare”

Estate, tempo di vacanze, divertimento e riposo, ma occorre prestare anche qualche piccola attenzione ai piccoli animali che si possono incontrare. «Per evitare spiacevoli conseguenze - spiega Anna Maria Pezzi, medico igienista dell'Azienda

Usi di Modena - dagli incontri con zanzare, serpenti, zecche e altri piccoli animali - è utile portare vestiti di colore chiaro, usare repellenti, non disturbare gli animali e, nel peggiore dei casi, non perdere la calma se si viene morsi o punti».

Dottressa Pezzi, quali sono i rischi legati alla puntura di zanzara?

«Per le zanzare occorre ricordare che possono trasmettere gravi malattie, come ad esempio la malaria, la febbre gialla, la dengue e la chikungunya. Alcuni tipi sono attivi di giorno, come la zanzara tigre, altri di notte. Il rischio esiste se ci rechiamo in paesi in cui è presente sia l'insetto che l'agente patogeno in grado di trasmettere la malattia, come l'Africa, l'America cen-

trale e Sud America, l'India e il Sud-est asiatico».

Cosa deve fare chi va lì?

«Deve informarsi per sapere quali sono le malattie presenti nelle zone in cui si reca, trasmesse dalle zanzare, e per sapere quali misure da intraprendere per evitare il contagio e la possibile diffusione al rientro in Italia. In generale per evitare punture è utile indossare abiti di colore chiaro che coprono tutto il corpo, soggiornare in ambienti climatizzati o protetti

da zanzariere e usare repellenti cutanei. Va infine ricordato che in alcuni paesi è necessaria la vaccinazione per la febbre gialla, mentre per la malaria può essere necessaria la profilassi farmacologica».

Cosa fare al ritorno?

«Attenzione alla comparsa di alcuni sintomi di tipo influenzale, accompagnati da forti dolori articolari ed eventualmente manifestazioni cutanee diffuse: in questo caso consultare il medico di famiglia. In Italia il rischio malaria invece attualmente non c'è».

Un altro animaletto poco simpatico è la zecca.

«Questi parassiti sono presenti in molte aree dell'Italia, soprattutto in collina: si trovano nell'erba e nei cespugli, possono pungere in ogni periodo dell'anno, ma sono più attive nel periodo compreso tra la primavera e il tardo autunno. Il tipo più pericoloso è la zecca dei boschi che può trasmettere malattie infettive quali la malattia di Lyme e l'Encefalite: per evitare di essere punti occorre uscire con maglie a maniche lunghe e pantaloni infilati nei calzoncini. Utile è anche usare le sostanze repellenti e camminare al centro dei sentieri».

E se qualcuno viene puntato?

«Al rientro dalla passeggiata montana ispezionare tutto il corpo - anche il cuoio capelluto nei bambini - con l'aiuto di un'altra persona ed eventualmente staccare le zecche con idonee pinzette afferrandola vicino alla cute e tirando verso l'alto senza schiacciarla. Una volta staccata la zecca va bruciata. Ricordo che il rischio di trasmissione di agenti patogeni è basso se la zecca resta attaccata meno di 36-48 ore. Dopo il distacco controllare se dopo 30-40 giorni compare il sintomo più importante, l'eritema mi-



grante, una chiazza rossastra tondeggianti che si allarga sempre di più, spesso schiarendo al centro in modo da formare un'immagine a forma di anello».

Esiste la possibilità di vaccinarsi contro le zecche?

«Attualmente ci si vaccina solo contro la meningoencefalite da zecche, malattia collegata piuttosto presente in Alto Adige, nel Veneto e nell'Europa centrale. Il periodo migliore per la vaccinazione, che consiste in tre dosi di vaccino, è quello invernale».

Passiamo ai serpenti.



La dottoressa Anna Maria Pezzi lavora al Dipartimento di sanità pubblica - Servizio di igiene pubblica, Controllo rischi biologici, dell'Azienda Usi di Modena

«Evito di fare un discorso rispetto a cobra, o pitoni o altri grandi rettili che si possono incontrare in viaggio "esotici", perché qui i problemi sarebbero quelli che tutti possono intuire. Restando in Italia va ricordato che la maggior parte è assolutamente innocua, l'unico velenoso è la vipera, diffusa in collina

e in montagna. E' un rettile timido e poco aggressivo che tende alla fuga e morde solo se non ha vie di scampo. Il morso della vipera in generale non rappresenta un rischio per la vita, anche se è un'emergenza che non va sottovalutata».

Quali precauzioni seguire?

«Occorre indossare calza e pantaloni lunghi, non infilare le mani sotto sassi e cespugli, non disturbare o cercare di catturare i rettili. Se si è morsi da una vipera bisogna restare calmi e sdraiarsi, in caso di un morso all'arto immobilizzare con una stecca e applicare ghiaccio, se disponibile, per alleviare il dolore. Applicare un bendaggio costrittivo se sono presenti segni di avvelenamento o trasportare il morsicato al pronto soccorso cercando di farlo camminare meno possibile. Assolutamente non bisogna incidere, bruciare o succhiare la ferita, non fare legature, non mangiare e bere alcolici. Non somministrare autonomamente neppure il siero antivipera perché non è una misura di pronto intervento».

In generale ha qualche altro consiglio?

«Per sapere quali sono le vaccinazioni obbligatorie o raccomandate quando ci si reca all'estero, oltre che per altre informazioni pratiche, ci si può rivolgere agli ambulatori del "Servizio igiene pubblica - Controllo rischi biologici" che acquisiscono da Oms e Ministero le informazioni necessarie. La consulenza è gratuita. E' possibile consultare il sito: www.austl.mo.it/dsp/sipcrb/index.html. (stefano luppi)

IN PILLOLE

sci delle noci, si trasforma in un aminoacido che interviene positivamente sul cuore, sul sistema circolatorio e su quello immunitario.

Rosso anche il pomodoro la cui stagionalità si protrae per tutto l'anno, condivide molte delle caratteristiche del cocomero, ma ha un minore contenuto di zuccheri ed una quota maggiore di vitamina C. Le diverse sostanze naturali che colorano or-

taggi e frutta costituiscono una protezione essenziale per l'organismo, aiutando a mantenersi in forma senza bisogno di integratori. Tutti dovremmo mangiare almeno cinque porzioni di frutta e verdura al giorno superando la soglia dei 400 grammi. Una porzione può essere costituita da un pomodoro o da una carota, un piatto di insalata mista o un piatto da dessert di verdura cotta, o un frutto o ancora un bicchiere di spremuta o di frullato.

“Star Meglio”
Ausl Bologna e Imola

L'OPINIONE

POVERE “CAVIE”

di Elisa Buson *

Non solo automobili, elettrodomestici e vestiti. Tra le creature di “mamma globalizzazione” bisogna annoverare anche gli studi clinici sui nuovi farmaci, che dai test in Asia, Est Europa e Sud America arrivano nelle nostre farmacie. Uno studio della Duke University prova a fare il punto.

Quali sono le ragioni che spingono le industrie farmaceutiche a delocalizzare i trial? Secondo l'analisi, uno dei motivi principali è il risparmio economico, dovuto principalmente alle retribuzioni più basse dei professionisti nei Paesi emergenti. Altro dato è la maggiore rapidità con cui possono essere condotti i trial. Infine, si evita la burocrazia che complica la vita dei ricercatori in Occidente.

Se da un lato gli esperti della Duke University riconoscono che la globalizzazione dei trial può avere effetti benefici, dall'altro sottolineano importanti questioni.

La principale riguarda l'eticità di certe sperimentazioni nei Paesi in via di sviluppo. “Forti disparità nel livello di istruzione, nelle condizioni socio-economiche e nei servizi sanitari possono mettere in pericolo i diritti di coloro che partecipano ai trial”. Gli esperti avanzano anche l'ipotesi che per i bassi standard di assistenza, siano consentiti trial che da noi sarebbero vietati. I principi etici sembrano dimenticati anche quando le industrie del farmaco scelgono i prodotti da testare, ignorando le vere esigenze dei Paesi in via di sviluppo.

Lo studio critica il fenomeno anche dal punto di vista scientifico: non è sempre possibile riportare alle popolazioni occidentali i dati dei trial fatti nei Paesi in via di sviluppo, per motivi biologici e sanitari. Per gli esperti “il futuro dell'industria farmaceutica dipende dalla risoluzione di questi problemi”. Cercano quindi di indicare possibili soluzioni, come snellire la burocrazia per la sperimentazione nei Paesi occidentali o istituire corsi di formazione per ricercatori di tutto il mondo. Invocano addirittura l'istituzione da parte dell'Oms di una commissione internazionale che affronti la questione. Tre gli obiettivi da raggiungere: “Garantire globalmente l'integrità etica e scientifica della ricerca clinica, promuoverne l'armonizzazione a livello internazionale e fornire informazioni su rischi e benefici dei nuovi farmaci” in relazione alle condizioni in cui vivono i veri pazienti-destinatari.

* www.partecipasalute.it

215TEST.com

IL TEST

Una “tintarella” senza rischi

1) Il fototipo

- a) È legato alle caratteristiche individuali di colore di pelle e capelli
- b) È un numero che va da 1 a 6 e identifica la sensibilità al sole
- c) Tutte le precedenti

2) I danni cutanei per esposizione al sole dipendono

- a) Esclusivamente dalle caratteristiche del paziente
- b) In gran parte dalla modalità di esposizione al sole e dal fototipo
- c) Dai prodotti utilizzati prima dell'esposizione solare

3) L'esposizione acuta al sole

- a) Se eccessiva può causare una scottatura solare ed eventualmente sintomi sistemici anche gravi (colpo di calore)
- b) Può causare lo sviluppo di un tumore cutaneo in soggetti a fototipo basso
- c) Non causa mai danni se il soggetto ha fototipo alto

4) L'esposizione cronica al sole

- a) È responsabile di eritema solare molto grave nei soggetti a fototipo basso
- b) Causa un aumento del rischio di sviluppare tumori cutanei e un precoce invecchiamento cutaneo
- c) Causa un aumento del rischio di tumori cutanei solo nei soggetti con molti nei

Le risposte

1) La risposta corretta è la C. Il fototipo identifica il tipo di risposta della pelle al sole in base ad alcune caratteristiche fisiche e alla capacità di adattarsi o meno al sole, la diversità dei colori della pelle dipende dalla mescolanza delle melanine ed esistono 6 fototipi che variano dal 1 = biondo chiaro, occhi azzurri che non si abbronzano mai e si scotta facilmente fino al 6 che corrisponde alla razza nera.

2) La risposta corretta è la B. Il fototipo identifica il tipo di risposta della pelle al sole in base ad alcune caratteristiche fisiche e alla capacità di adattarsi o meno al sole. Quindi un soggetto con fototipo 1 ha sicuramente più probabilità di scottarsi rispetto a un 3, ma molto dipende dalle modalità di esposizione al sole. Se ci si espone in maniera scorretta senza protezione solare, nelle ore più calde della giornata a basse altitudini e in luoghi con indice di riflessione molto alto (acqua, sabbia, neve) anche un fototipo 3 o 4 potrebbe ustionarsi o sviluppare un eritema solare.

3) La risposta corretta è la A. L'intensità dell'eritema dipende dalla durata dell'esposizione, sensibilità individuale della pelle, energia delle radiazioni, raggiunge la sua Max intensità a 24h e spesso si accompagna a prurito intenso, ipersensibilità cutanea, febbre con brividi, mal di testa malessere generale, disidratazione.

4) La risposta corretta è la B. I raggi UV determinano un danno direttamente a livello del DNA delle cellule con conseguente aumento del rischio di sviluppare tumori cutanei, formazione di specie reattive dell'ossigeno e danni cutanei che vanno a sommarsi alle modificazioni fisiologiche correlate dall'età (fotoinvecchiamento + cronoinvecchiamento)

Fonte: Struttura Complessa Dermatologia AOU Policlinico Modena