

PREVENIAMO L'INFLUENZA

A cura di:
Ministero della Salute
CCM, Centro nazionale per la prevenzione e il
Controllo delle Malattie

Sappiamo proprio tutto sulla più comune delle malattie di stagione?
Una guida per affrontare efficacemente le sindromi da virus A e B.

COS'È L'INFLUENZA

L'influenza è un'infezione respiratoria virale, molto contagiosa perché si trasmette facilmente attraverso goccioline di muco, saliva ed in genere per via aerea anche semplicemente parlando vicino ad un'altra persona. Si distingue dalle altre infezioni respiratorie molto più gravi, come la polmonite, per l'andamento tipicamente stagionale (in Italia da dicembre a marzo) più che per i sintomi che la caratterizzano che possono essere molto variabili, dal semplice raffreddore al mal di testa, dall'infiammazione della gola alla bronchite.



COME ARRIVA

L'influenza ha un breve periodo d'incubazione, variabile, di 1-4 giorni (in media 2 giorni), durante il quale il virus può già essere contagioso. In particolare il periodo di contagiosità comincia qualche giorno prima della comparsa dei sintomi e si prolunga per circa 3-5 giorni. Questo significa che il virus può

essere trasmesso da persone apparentemente sane, che non manifestano ancora i sintomi della malattia.

Il virus influenzale, che resiste molto bene nell'ambiente esterno in situazioni di bassa temperatura ed umidità, si diffonde facilmente negli ambienti chiusi affollati.

COME SI MANIFESTA

I sintomi generalmente sono:

- 🚩 febbre (con punte sino a 39,5 °C), generalmente accompagnata da brividi**
- 🚩 malessere generale**
- 🚩 dolori ossei, articolari e muscolari**
- 🚩 mancanza di appetito**
- 🚩 mal di testa, sintomi respiratori (come tosse, mal di gola, congestione nasale), congiuntivite**



Possono comparire sintomi a carico dell'apparato gastro-intestinale (nausea, vomito e diarrea), specialmente nei bambini. Nei lattanti, in genere, la febbre non si manifesta, ma si osservando più frequentemente vomito e diarrea. Anche negli anziani (oltre i 75 anni di età) generalmente la febbre rimane bassa, l'insorgenza dei disturbi è graduale e comporta soprattutto debolezza, dolori osteo-articolari e a volte stato confusionale.

Di solito l'influenza dura da 3 a 6 giorni. Nei bambini più piccoli, nelle persone con più di 65 anni o che hanno alcune malattie croniche o nelle donne in gravidanza, possono però insorgere complicanze anche severe.

BREVE STORIA DELL'INFLUENZA

Le prime descrizioni di epidemie caratterizzate da sintomi simil-influenzali risalgono al V secolo A.C. in Grecia, e sono continuate durante tutta l'era cristiana, evidenziando come l'influenza sia presente da millenni nella popolazione umana. Indagini di sieroarcheologia su sieri di persone nate nella seconda metà dell'Ottocento hanno evidenziato che virus antigenicamente simili a quelli attualmente circolanti erano già presenti nell'uomo nel secolo passato.

Il primo isolamento di virus influenzale nell'uomo risale al 1933 in Inghilterra (ma in precedenza erano stati isolati virus influenzali sia da polli che da suini).

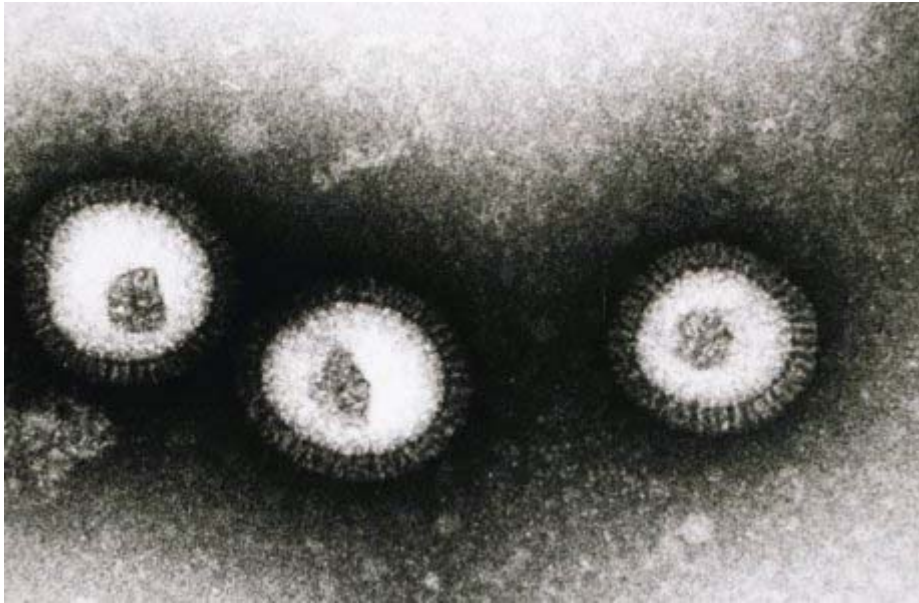
Da allora, sono stati identificati tre tipi di virus influenzale, costituenti il genere Orthomixovirus: i tipi A e B, responsabili della sintomatologia clinica classica e il tipo C di scarsa rilevanza clinica (generalmente asintomatico).

LA DIAGNOSI

La diagnosi di influenza si basa sui sintomi clinici, ma la certezza diagnostica si ha solo con l'isolamento del virus influenzale con i test di laboratorio

(effettuato solo nell'ambito di studi scientifici perché di scarsa utilità ai fini della terapia).

I VIRUS DELL'INFLUENZA, ARTISTI DI TRASFORMISMO



I virus responsabili dell'influenza hanno una forte tendenza a mutare: la loro molecola cambia aspetto grazie a proteine "trasformiste" poste sulla superficie, così da sfuggire alla barriera costituita dal sistema immunitario di chi, l'inverno scorso, aveva già preso la malattia. Questo significa che le difese che l'organismo ha messo a punto contro il virus dell'influenza che circolava un anno, non sono più efficaci per il virus dell'anno successivo.

Per questi motivi la composizione del vaccino anti-influenzale deve essere aggiornata tutti gli anni e la sorveglianza è fondamentale per preparare il vaccino per la stagione successiva in base ai tipi di virus che hanno avuto maggior diffusione nella stagione invernale precedente.

L'aggiornamento annuale del vaccino consente di ottenere la concordanza fra i ceppi dei virus vaccinali ed i ceppi dei virus circolanti.

I VIRUS INFLUENZALI

I tre tipi di virus influenzali oggi conosciuti appartengono al genere Orthomixovirus: il tipo A e B, responsabili della classica influenza, e il C che generalmente non dà sintomi o solo un comune raffreddore. I virus A circolano nell'uomo e in altre specie animali e si dividono in 24 sottotipi fino ad oggi conosciuti. I virus B sono presenti solo nell'uomo e non esistono sottotipi.

I virus influenzali A e B vanno incontro a frequenti e permanenti cambiamenti del loro assetto genetico, determinando la comparsa di sottotipi nuovi dal punto di vista antigenico.

Le mutazioni del virus influenzale possono avvenire in due modi:

1) **Deriva antigenica** (antigenic drift): è una graduale modifica della sequenza degli aminoacidi che compongono le proteine in grado di scatenare la risposta immunitaria. Questo fenomeno, che riguarda sia i virus A che i B, è responsabile delle epidemie stagionali.

2) **Spostamento antigenico** (antigenic shift): è un fenomeno che riguarda solo i virus influenzali di tipo A e consiste nella comparsa nell'uomo di un nuovo ceppo virale con una proteina di superficie appartenente a un sottotipo diverso da quelli comunemente circolanti nell'uomo. Questi fenomeni sono dovuti o a riassortimenti tra virus umani e animali (aviari o suini) oppure alla trasmissione diretta di virus non umani all'uomo. Quindi la fonte dei nuovi sottotipi sono sempre virus animali. Poiché la popolazione non ha mai incontrato prima questi virus, in determinate circostanze questi

cambiamenti di maggiore entità possono provocare una infezione improvvisa e invasiva in tutti i ceppi di età, su scala mondiale, che prende il nome di **pandemia**. È comunque importante sottolineare che la comparsa di un ceppo di proteine di superficie radicalmente nuove, quindi di un virus influenzale completamente diverso da quelli precedenti, non è di per sé responsabile di pandemia. Occorre, infatti, che il nuovo virus sia capace di trasmettersi da uomo a uomo in modo efficace. Ad esempio, i virus di sottotipo H5N 1 isolati da varie persone ad Hong Kong nel 1997 non possedevano, fortunatamente, questa caratteristica.

Il 23 settembre scorso, con la pubblicazione nella Gazzetta Ufficiale del decreto di autorizzazione all'immissione in commercio del vaccino per la stagione 2005-2006, è partita ufficialmente la nuova campagna anti-influenzale del Ministero della Salute, dopo che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha come ogni anno isolato i tre ceppi virali identificati come responsabili dell'infezione in tutto il Mondo. Due tipi di virus sono uguali allo scorso anno, mentre uno è diverso: si tratta dell'A/California/7/2004, che sostituisce il A/Fujian/411/2002. Il vaccino di quest'anno, già disponibile anche in farmacia, contiene i due ceppi della stagione passata, più quello mutato.

Nelle settimane in cui dagli scienziati di tutto il mondo arrivano inviti a mantenere alta la guardia rispetto al pericolo di una epidemia globale di influenza, pur non avendo un'azione diretta nei confronti di un "super virus", è certo che nell'eventualità di una pandemia, l'infezione contemporanea da virus normale e da virus di origine animale renderebbe l'infezione molto più pericolosa per l'uomo. Diventa quindi importante vaccinarsi, soprattutto se si è a rischio, per evitare la sovrapposizione dei due virus.

LE COMPLICANZE

Normalmente l'influenza è una malattia semplice, ma in alcune persone, soprattutto le più deboli come quelle anziane, si possono sovrapporre altri disturbi, definiti complicanze. Le complicanze dell'influenza vanno dalle polmoniti batteriche, alla disidratazione, al peggioramento di malattie preesistenti (ad esempio malattie croniche dell'apparato cardio-vascolare o respiratorio), alle sinusiti e alle otiti (queste ultime soprattutto nei bambini). Le **complicanze respiratorie** sono le più frequenti, soprattutto le polmoniti a sovrapposizione batterica. Nella polmonite batterica, dopo che il paziente con l'influenza è migliorato, si assiste alla ricomparsa della febbre preceduta da brivido e le condizioni generali vanno rapidamente peggiorando. Oltre alle polmoniti batteriche, complicanze possono essere anche polmoniti virali, di solito ad elevata mortalità. La letteratura conferma l'importanza della vaccinazione antinfluenzale nel diminuire sia l'ospedalizzazione che la mortalità per polmonite. Vi sono poi le complicanze cardiache. Infatti, a seguito dell'influenza, possono comparire alterazioni del ritmo cardiaco, dei toni cardiaci, segni di insufficienza cardiaca. Soprattutto negli anziani, si può avere improvvisamente arresto cardiaco e morte. È difficile dire se tutto ciò sia dovuto ad una vera e propria miocardite, ad esempio durante l'epidemia di Asiatica, è stato isolato il virus influenzale del miocardio.

Altre complicanze

Una complicanza particolarmente grave può essere l'encefalite, affezione neurologica più frequente nei **bambini**. Un'altra complicanza dell'influenza, che si manifesta quasi esclusivamente nel bambino, è la sindrome di Reye. Essa può comparire nei bambini o ragazzi da 6 mesi a 18 anni, in terapia prolungata con aspirina, ed è caratterizzata da encefalopatia acuta con alterazione dello stato di coscienza, degenerazione grassa del fegato, in assenza di qualsiasi

altra spiegazione. I **diabetici**, invece, possono andare incontro ad un aggravamento della malattia, con sviluppo di chetoacidosi. Questa complicanza può associarsi ad ipopotassiemia e portare a gravissime conseguenze. Una particolare attenzione anche va rivolta alle **donne in gravidanza**, che possono andare incontro a complicazioni a carico del sistema cardio-respiratorio, con conseguenti danni al feto da ipossia, cioè carenza di ossigeno.

COME SI PREVIENE

La vaccinazione costituisce la principale misura di prevenzione per il singolo e la collettività. Il raggiungimento di elevate coperture vaccinali, nei gruppi "a rischio", ma anche nella popolazione generale, aumenta notevolmente le probabilità di non ammalarsi e riduce le forme gravi e complicate di malattia e la mortalità prematura in gruppi ad aumentato rischio.

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE

Efficacia e sicurezza del vaccino

I virus influenzali vanno incontro a frequenti e permanenti cambiamenti della loro struttura, determinando così la comparsa di nuovi ceppi che sono i responsabili delle epidemie influenzali che si susseguono ogni anno.

Le caratteristiche del tutto nuove di questi virus fanno sì che la popolazione umana non abbia sviluppato alcuna protezione immunitaria nei loro confronti. Le informazioni sulle modifiche cui vanno incontro i virus influenzali sono raccolte da un sistema di sorveglianza e i dati ottenuti da queste informazioni vengono utilizzati per la "composizione" del nuovo vaccino stagionale che fonda la sua efficacia sulla maggiore concordanza possibile fra i virus circolanti e i virus vaccinali.

Quest'anno i vaccini antinfluenzali disponibili sono costituiti dagli antigeni virali (vaccino a subunità) o da frammenti del virus (vaccino split): queste caratteristiche rendono minima la possibilità di contrarre l'infezione. **Il vaccino è efficace e sicuro.**

Chi deve vaccinarsi

La vaccinazione è raccomandata per:

- 🚩 persone di età pari o superiore ai 65 anni
- 🚩 bambini di età superiore ai 6 mesi e adulti affetti da patologie croniche
- 🚩 bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- 🚩 bambini pre-termine (nati prima della 37^a settimana di gestazione) e di basso peso alla nascita (inferiore ai 2500 g), dopo il compimento del 6° mese.
- 🚩 donne che saranno nel secondo e terzo trimestre di gravidanza durante la stagione epidemica
- 🚩 persone di qualunque età ricoverate presso strutture per lungodegenti
- 🚩 medici e personale sanitario di assistenza
- 🚩 familiari di persone ad alto rischio
- 🚩 addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo
- 🚩 personale che, per motivi occupazionali, è a contatto con animali che

potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani

Chi non deve vaccinarsi

La vaccinazione è invece sconsigliata a:

- 🚩 lattanti al di sotto dei 6 mesi
- 🚩 persone allergiche alle proteine delle uova o ad altri componenti del vaccino, a meno di una attenta valutazione dei benefici in confronto ai possibili rischi
- 🚩 persone che hanno sviluppato severe reazioni al vaccino antinfluenzale nel passato
- 🚩 persone che hanno manifestato sindrome di Guillain Barrè (neuropatia generalizzata simmetrica) entro 6 settimane dalla somministrazione del vaccino antinfluenzale.

Quando vaccinarsi

Il periodo più indicato per la vaccinazione va da ottobre a dicembre.

Vie di somministrazione

Il vaccino viene somministrato con una iniezione intramuscolo:

- 🚩 **dopo i 12 anni:** nel muscolo deltoide (braccio)
- 🚩 **per i più piccoli:** è consigliato il muscolo antero-laterale della coscia

COME SI CURA

Se, nonostante tutte le precauzioni, l'influenza arriva, ci sono alcuni farmaci che possono essere utilizzati per alleviare la sintomatologia o curare eventuali complicanze.

La terapia di base dell'influenza è essenzialmente sintomatica.

È consigliabile riposo nella fase acuta della malattia e per 24-48 ore dopo la scomparsa della febbre. Nei casi di influenza non complicati, con febbre elevata, cefalea, dolori articolari possono essere indicati i farmaci antipiretici, analgesici, antinfiammatori (i più comuni sono paracetamolo e acido acetilsalicilico) e decongestionanti nasali per favorire la respirazione.

Gli antibiotici possono essere utilizzati per il trattamento delle complicanze a carico delle alte o basse vie respiratorie sostenute da batteri, tenendo nella dovuta considerazione i fattori di resistenza antimicrobica.

Raccomandazioni

È importante tenere sempre presente che:

- 🚩 Il trattamento con gli antivirali è in realtà un metodo per evitare l'insorgenza di complicanze legate all'influenza ma necessita dell'apporto di altri farmaci
- 🚩 Il loro utilizzo a scopo profilattico non deve mai essere considerato sostitutivo della vaccinazione antinfluenzale
- 🚩 Come tutti i farmaci, anche gli antivirali hanno delle controindicazioni d'uso e possono essere responsabili dell'insorgenza di reazioni avverse: questi farmaci vanno quindi assunti sempre su consiglio del proprio medico curante.

QUALI SONO GLI ANTIVIRALI

Sono disponibili farmaci antivirali appartenenti a due diverse classi.

L'amantadina e la rimantadina appartengono agli inibitori della M2 e sono efficaci solo sull'infezione influenzale provocata dai virus di tipo A, tuttavia solo l'amantadina è commercializzata in Italia. È dimostrato che la terapia con questi farmaci, se iniziata entro 48 ore dall'esordio dei sintomi e

continuata per 5-7 giorni, riduce l'intensità dei sintomi sistemici e respiratori in circa il 50% dei casi, abbreviando di 1-2 giorni la durata della malattia.

Tuttavia, questi farmaci andrebbero usati solo quando ci sono rischi di gravi complicazioni perché possono avere effetti collaterali di tipo neurologico e favorire lo sviluppo di ceppi virali mutanti resistenti.

L'amantadina è, comunque, sconsigliata per i bambini sotto l'anno di età.

L'amantadina e la rimantadina possono essere utilizzate a scopo preventivo nelle persone ad alto rischio per le complicanze dovute all'influenza che non si sono potute vaccinare (o in cui si suppone non si sia sviluppata una buona risposta immunitaria al virus influenzale).

Questi due farmaci non bloccano completamente l'infezione influenzale, tanto da consentire lo sviluppo di una forma di immunità naturale, anche se non compaiono i sintomi influenzali. Inoltre, per ottenere il miglior rapporto costi/benefici, la profilassi con amantadina dovrebbe essere impiegata solo durante il periodo epidemico.

Zanamivir ed Oseltamivir appartengono agli inibitori delle neuraminidasi; tali farmaci sono efficaci nei confronti sia dei virus di tipo A che di quelli di tipo B. agiscono sulla neuraminidasi (una proteina presente sulla superficie esterna del virus e che sembra essere necessaria al virus per infettare le cellule e per liberare particelle virali dopo la replicazione all'interno della cellula), rallentando la propagazione del virus.

IL "FAI DA TE": i rimedi della nonna e l'alimentazione

Mani pulite

La persistenza dei virus influenzali sulla superficie degli oggetti e la loro trasmissione tramite contatto hanno portato ad esperimenti per dimostrare l'efficacia del lavaggio delle mani con la tintura di iodio nel prevenire la trasmissione. Se il lavaggio delle mani con tintura di iodio, per ovvi motivi, non è attuabile nella pratica quotidiana, sicuramente l'atto semplice di lavarsi le mani con il sapone costituisce un rimedio utile per ridurre la diffusione delle infezioni respiratorie, come la sindrome influenzale.

Visto che quest'ultimo metodo è anche piuttosto economico, rappresenta sicuramente l'intervento preventivo di prima scelta.

LA DIETA

Brodo di pollo per alleviare i sintomi? Strano ma vero, il brodo di pollo si è rivelato piuttosto efficace nel sollievo dei sintomi influenzali: è infatti ricco di proteine che aiutano la ricostruzione della membrana delle cellule del sistema immunitario. Nonostante questo rimedio sia noto da millenni e sia citato nel codice di Hammurabi, solo di recente si è dimostrato che le sue proprietà sono di natura antinfiammatoria e accelerano il flusso del muco nasale. Il brodo di pollo è in effetti un antico rimedio della nonna per curare i sintomi delle infezioni superiori delle vie respiratorie, un rimedio la cui efficacia come antinfiammatorio è stata recentemente confermata da uno studio apparso sull'autorevole rivista specializzata *Chest*. Una variante piccante della cucina ebraica con l'aggiunta di peperoncino migliora ulteriormente l'efficacia del brodo. Sembra che ciò sia dovuto alle proprietà vasodilatatrici del peperoncino (e del calore). Ci sono poi altri rimedi della nonna consigliati per alleviare i sintomi influenzali ma per i quali non esistono prove di efficacia, a differenza del brodo di pollo e del lavaggio delle mani.

Primo rimedio tra tutti **un consumo regolare di frutta e verdura di stagione.**



Il cavolo contiene una buona quantità di ferro, vitamina C e preziosi sali minerali. Cotto a vapore sembra essere di aiuto contro le affezioni delle vie respiratorie. Il suo succo avrebbe proprietà antinfiammatorie e antidolorifiche, e le sue foglie, opportunamente riscaldate e applicate sulla parte indolenzita, secondo alcuni calmerebbero il dolore.



La cipolla, ricca di vitamine e sali minerali, è un antisettico naturale, è espettorante e disinfetta l'intestino.



L'aglio, grazie alla notevole quantità di ferro, sali minerali e svariate vitamine (A, B I, 82, PP e C), sarebbe utile per combattere catarri bronchiali e febbri, oltre ad essere un ottimo antisettico.



Il limone, che secondo alcuni purificherebbe l'organismo dalle tossine, è consigliato per disinfettare la gola con semplici gargarismi.



Le mele e le pere, invece, aiuterebbero a mantenere sani i polmoni migliorando le condizioni delle vie respiratorie. In particolare, le pere si dice contribuiscano a facilitare l'espulsione dei catarro dissolvendolo e, se bollite insieme al miele, vengono consigliate per la cura della raucedine.



Infine come non nominare le arance, ricchissime di vitamina C, che aiutano il nostro organismo ad assorbire il ferro dai vegetali e stimolano le difese del sistema immunitario, contribuendo a prevenire le malattie da raffreddamento.

I vapori o sulfumigi

Per quanto riguarda l'inalazione del vapore ci sono prove di efficacia contrastanti. Per esempio sono stati condotti alcuni test che hanno coinvolto l'uso di un umidificatore nell'ambiente, ma non hanno portato a prove conclusive. È tuttavia risaputo che i virus che causano il raffreddore non sopravvivono a una temperatura superiore ai 32°C e quindi il vapore a questa temperatura è un rimedio che può risultare efficace, tanto più se associato al mentolo, che per le sue proprietà vasodilatatrici facilita la respirazione. Ben vengano, quindi, i classici sulfumigi della nonna.

Sauna

Gli amanti dei regimi di vita nordici sono più difesi: uno studio finlandese sembrerebbe indicare che l'uso della sauna riduce l'incidenza delle infezioni delle vie respiratorie. È probabile che ciò sia dovuto all'ostacolo della trasmissione dei virus respiratori in condizioni di alte temperature ed umidità.

DOMANDE E RISPOSTE

Che cos'è l'influenza?

L'influenza è una malattia provocata da virus (virus influenzali) che infettano le vie aeree (naso, gola, polmoni). Spesso vengono impropriamente etichettate come "influenza" diverse affezioni delle prime vie respiratorie, sia di natura batterica che virale, che possono presentarsi con sintomi molto simili. Nello stesso periodo dell'anno in cui la circolazione dei virus influenzali è massima (in Italia solitamente da dicembre a marzo) possono contemporaneamente circolare molti altri virus che provocano affezioni del tutto indistinguibili, dal punto di vista clinico, dall'influenza (Adenovirus, Rhinovirus, virus sinciziale respiratorio ecc.).

Quali sono i sintomi dell'influenza?

I sintomi dell'influenza sono comuni a molte altre malattie: febbre, mal di testa, malessere generale, tosse, raffreddore, dolori muscolari ed articolari. Soprattutto nei bambini si possono manifestare anche sintomi a carico dell'apparato gastrointestinale (nausea, vomito, diarrea).

Come si trasmette?

Per via aerea, attraverso le goccioline di saliva emesse con la tosse, lo starnuto o anche semplicemente parlando. Il periodo di contagiosità comincia un po' prima che si manifestino i primi sintomi e si prolunga per 3-5 giorni; solitamente il periodo di contagiosità è un po' più lungo nei bambini che negli adulti. Il periodo di incubazione dell'influenza è molto breve, da 1 a 4 giorni (in media 2). Il virus dell'influenza, che resiste molto bene nell'ambiente esterno in situazioni di bassa temperatura ed umidità, si diffonde facilmente negli ambienti affollati.

Quando si debbono usare gli antibiotici?

Gli antibiotici sono attivi solo contro le infezioni batteriche e perciò, nell'influenza, patologia di origine virale, non hanno alcun effetto. Costituiscono comunque un presidio molto importante in caso di complicanze batteriche, che possono verificarsi nel corso della malattia, soprattutto in persone predisposte a causa di fattori di rischio o di malattie concomitanti. L'indicazione al loro uso va riservata esclusivamente al medico curante.

Come ci si può proteggere dall'influenza?

La vaccinazione antinfluenzale rappresenta il mezzo più efficace e sicuro per prevenire la malattia e le sue complicanze.

I vaccini antinfluenzali, la cui composizione può variare di anno in anno, a seconda delle caratteristiche dei ceppi di virus influenzali circolanti, hanno un'efficacia, negli adulti sani, variabile dal 70 al 90%, e riducono la mortalità legata all'influenza del 70-80% (Fonte: OMS) in quanto, anche se non sempre riescono a prevenire l'infezione, agiscono riducendo in modo sostanziale la frequenza delle sue complicazioni.

Per chi è utile la vaccinazione antinfluenzale?

La vaccinazione antinfluenzale in sé è un intervento di profilassi che può essere utile per tutti coloro che intendono evitare di contrarre l'infezione e per contribuire a ridurre la circolazione dei virus influenzali.

Per chi è sconsigliata la vaccinazione?

La vaccinazione è sconsigliata alle persone allergiche alle proteine dell'uovo, anche se queste nel vaccino sono presenti in quantità minima. La vaccinazione deve essere rinviata in caso di manifestazioni febbrili in atto. Nelle persone con malattie autoimmuni il vaccino antinfluenzale va somministrato solo dopo attenta valutazione del rapporto rischio-beneficio. La vaccinazione è sconsigliata anche a coloro che, dopo una precedente somministrazione, abbiano presentato manifestazioni di ipersensibilità immediata (anafilassi) o reazioni di tipo neurologico.

Quali sono gli effetti collaterali?

La vaccinazione comporta raramente effetti indesiderati, peraltro di scarsa entità, che vanno dal gonfiore-arrossamento nella sede dell'iniezione, al malessere generale, alla febbre o dolori muscolari di breve durata e intensità.

Bisogna vaccinare tutti i bambini contro l'influenza?

Un bambino in buone condizioni di salute è in grado di reagire autonomamente o con il semplice supporto di terapie sintomatiche nei confronti dei virus influenzali. Perciò, la vaccinazione antinfluenzale nei bambini sani non è prioritaria.

Quali bambini bisogna vaccinare?

Ci sono bambini per i quali la vaccinazione, non solo è utile come mezzo di prevenzione collettiva, ma è necessaria ai fini di una protezione individuale, in quanto, in caso di malattie, potrebbero più facilmente andare incontro a complicanze. Sono bambini con:

- malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma persistente, la displasia broncopulmonare e la fibrosi cistica), e malattie respiratorie acute recidivanti (otite media acuta e infezioni delle alte vie)
- malattie croniche dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite
- malattie metaboliche, compreso il diabete mellito
- malattie renali con insufficienza renale
- malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie
- malattie congenite o acquisite che comportino carente produzione di anticorpi, immunosoppressione

indotta da farmaci o da HIV

- sindromi da malassorbimento intestinale
- malattie dell'apparato uropoietico ovvero altre severe condizioni patologiche che aumentino il rischio di complicanze
- patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici
- bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- bambini e adulti che vivono in comunità
- bambini pretermine e di basso peso alla nascita al compimento del 6° mese.

Si può allattare con l'influenza?

Si, in quanto la trasmissione dell'infezione avviene soprattutto per via aerea, quindi, per evitare di contagiare il bambino è consigliabile allattare mettendo, per esempio, una mascherina sulla bocca.

Si può allattare dopo essere stati vaccinati contro l'influenza?

La vaccinazione antinfluenzale non è controindicata nelle donne che allattano e l'allattamento non interferisce sfavorevolmente sulla risposta immunitaria.

È sicuro il vaccino antinfluenzale in gravidanza?

La Circolare del Ministero della Salute n°1 del 5 agosto 2005 precisa che la vaccinazione è consigliata a tutte le donne che, durante la stagione epidemica, saranno nel secondo e terzo trimestre di gravidanza. Diversi studi hanno infatti messo in evidenza il maggior rischio di serie complicazioni in seguito all'influenza, anche in assenza di condizioni mediche predisponenti, per le donne nel terzo trimestre di gravidanza o nelle prime fasi del puerperio. I vaccini antinfluenzali sono a base di virus uccisi o di sub-unità e non comportano quindi, in nessuna fase della gravidanza, i rischi connessi all'impiego di vaccini a base di virus viventi attenuati. In assenza di condizioni mediche predisponenti che rendano imperativa la vaccinazione antinfluenzale, questa può essere differita all'inizio del terzo trimestre di gravidanza, dopo un'attenta valutazione del rapporto rischio-beneficio da parte del medico.

La vaccinazione è gratuita?

La Circolare del Ministero della Salute individua l'elenco delle categorie a rischio sulla base delle quali i servizi territoriali di prevenzione, in relazione alla disponibilità di risorse riservate agli obiettivi specifici di pianificazione sanitaria regionale, offrono la vaccinazione antinfluenzale:

- 1) persone di età pari o superiore a 65 anni
- 2) bambini di età superiore ai 6 mesi e adulti affetti da:
 - a. malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (inclusa l'asma persistente, la displasia broncopulmonare e la fibrosi cistica)
 - b. malattie croniche dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite e acquisite
 - c. diabete mellito e altre malattie metaboliche
 - d. malattie renali con insufficienza renale
 - e. malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie
 - f. malattie congenite o acquisite che comportino carente produzione di anticorpi, immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV
 - g. sindromi da malassorbimento intestinale
 - h. patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici
- 3) bambini e adolescenti in trattamento a lungo termine con acido acetilsalicilico, a rischio di Sindrome di Reye in caso di infezione influenzale
- 4) bambini pretermine (nati prima della 37ª settimana di gestazione) e di basso peso alla nascita (inferiore ai 2.500 g), dopo il compimento del 6° mese
- 5) donne che saranno nel secondo e terzo trimestre di gravidanza durante la stagione epidemica
- 6) persone di qualunque età ricoverate presso strutture per lungodegenti
- 7) medici e personale sanitario di assistenza
- 8) contatti familiari di persone ad alto rischio
- 9) persone addette a servizi pubblici di primario interesse collettivo:
 - a. personale degli asili nido, insegnanti scuole dell'infanzia e dell'obbligo
 - b. addetti poste e telecomunicazioni
 - c. dipendenti pubblica amministrazione e difesa
 - d. forze di polizia inclusa polizia municipale
 - e. volontari servizi sanitari di emergenza
 - f. personale di assistenza case di riposo

10) personale che, per motivi occupazionali, è a contatto con animali che potrebbero costituire fonte di infezione da virus influenzali non umani:

- a. detentori di allevamenti
- b. addetti all'attività di allevamento
- c. addetti al trasporto di animali vivi
- d. macellatori e vaccinatori
- e. veterinari pubblici e libero-professionisti

A chi rivolgersi per effettuare la vaccinazione?

La vaccinazione viene effettuata dal proprio medico di famiglia o dal Pediatra di libera scelta (che a tale scopo hanno stipulato apposita convenzione con la Regione o con la ASL) o presso i servizi vaccinali delle A.S.L.

Quando vaccinarsi?

Si consiglia di praticare la vaccinazione tra metà ottobre e dicembre, ricordando che sono necessari almeno dieci giorni affinché si realizzi una copertura vaccinale ottimale. La vaccinazione rimane comunque un efficace mezzo protettivo anche se viene effettuata in periodi successivi, e può trovare indicazioni ad esempio, in persone che effettuino viaggi all'estero in zone in cui l'attività influenzale segue ritmi diversi dai nostri.

I farmaci antivirali possono prevenire l'influenza?

L'uso dei farmaci antivirali non va mai considerato una alternativa alla vaccinazione antinfluenzale, che rimane il mezzo più efficace, sicuro ed economicamente vantaggioso per prevenire la malattia.

In collaborazione con:

SIMG (Società Italiana di Medicina Generale)

Progetto Editoriale:

Intermedia per la Comunicazione Integrata s.r.l.

Si ringraziano:

FIMMG

FNOMCEO

SUMAI

PER SAPERNE DI PIÙ

Italia:

- ▲ **Ministero della salute:** Circolare Ministeriale n° 1 del 5 agosto 2005 "Prevenzione e controllo dell'influenza: raccomandazioni per la stagione 2005-2006".
- ▲ <http://www.ministerosalute.it/dettaglio/pdfocus.jsp?area=promozione&colore=3&id=31>
- ▲ <http://www.ccm.ministerosalute.it/ccm/ccmNews.jsp?id=79&men=inf&label=malattie-influenza&lingua=italiano>
- ▲ **Influnet Ministero della Salute:** sistema istituzionale costituito da un network di medici di famiglia e di pediatri (i "medici sentinella") che assicura il monitoraggio clinico-epidemiologico e virologico dell'influenza e delle malattie con sintomi simili. Fornisce garanzie di continuità nel tempo e di uniformità della rilevazione. Il sistema si basa sulla definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ed è attualmente attivo in 11 Stati dell'Unione Europea e in 7 Nazioni non ancora aderenti all'Unione. In Italia esiste anche la rete di **laboratori flu**, specializzati nelle analisi virali, che da quest'anno è stata rafforzata - grazie al Centro nazionale per il Controllo delle Malattie (CCM) - con 15 strutture distribuite in tutta Italia.
- ▲ <http://www.flu.iss.it>: Sito del sistema di sorveglianza epidemiologica e virologica dell'influenza in Italia (FLU-ISS) coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità - Laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica (reparto malattie infettive) e Laboratorio di Virologia (reparto di infezioni virali dell'apparato respiratorio).
- ▲ <http://www.flu.iss.it/risultati.htm>: i risultati delle rilevazioni effettuate dal sistema FLU-ISS sulle epidemie di influenza degli ultimi anni.

- 🚩 www.influenza.it
- 🚩 **Consiglio Nazionale delle Ricerche**
- 🚩 **Società Italiana di Medicina Generale**
- 🚩 **Cirinet - Centro Interuniversitario Ricerca Influenza:** Università di Genova, Dipartimento di Scienza della Salute
- 🚩 **Università di Milano, Istituto di Virologia**

Internazionali

Va sottolineato come il nostro Paese sia messo in rete e collabori con molte strutture di sorveglianza sia in Europa che negli USA e nel resto del mondo, per la sorveglianza di casi particolari di influenza.

- 🚩 **WHO World Health Organization:** sito dell'Organizzazione Mondiale della Sanità dedicato all'influenza
- 🚩 **WHO global influenza preparedness plan, 2005:** fornisce adeguata assistenza agli Stati membri dell'OMS, ai responsabili di sanità pubblica e alle strutture di emergenza per poter affrontare al meglio tutti i pericoli e le necessità di un'influenza pandemica. Costituisce l'aggiornamento e la revisione del precedente documento del 1999.
- 🚩 **FLUNET Global Influenza Surveillance Network:** rete di sorveglianza sentinella delle sindromi influenzali dell'Organizzazione Mondiale della Sanità
- 🚩 **EISS European Influenza Surveillance Scheme:** rete di sorveglianza sentinella delle sindromi influenzali in Europa
- 🚩 **<http://www.eswi.org>:** Gruppo di lavoro dei ricercatori europei sull'influenza
- 🚩 **ESWI European Scientific Working group on Influenza:** gruppo di lavoro europeo sull'influenza
- 🚩 **CDC Centers for Disease Control and Prevention:** sito del CDC dedicato all'influenza