

L'influenza suina e voi: domande e risposte

Che cos'è la febbre suina?

L'influenza suina (febbre suina) è una malattia delle vie respiratorie dei maiali causata da virus influenzali di tipo A che causa regolarmente episodi epidemici di influenza tra i maiali. Di solito le persone non contraggono la febbre suina, ma i contagi di persone possono avvenire e avvengono. Sono noti casi di diffusione dei virus della febbre suina da persona a persona, ma in passato questa trasmissione era limitata e non durava oltre tre persone.

Vi sono casi di contagio di persone con la febbre suina negli USA?

Alla fine di marzo e ai primi di aprile del 2009 si è saputo dei primi casi di contagio di persone con l'influenza suina A (H1N1) nella California meridionale e vicino a San Antonio, in Texas. Altri stati degli USA hanno riferito casi di contagio di persone con la febbre suina, e anche all'estero sono stati riportati casi. All'indirizzo <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm> è tenuto un conteggio aggiornato dei casi confermati di contagio con febbre suina negli Stati Uniti. Il CDC e le autorità sanitarie locali e statali collaborano tra di loro per investigare questa situazione.

Questo virus della febbre suina è contagioso?

Il CDC ha determinato che questo virus dell'influenza suina A (H1N1) è contagioso e si sta propagando da persona a persona. Tuttavia attualmente non è noto con che facilità il virus si propaga tra le persone.

Quali sono i segni e i sintomi della febbre suina nelle persone?

I sintomi della febbre suina nelle persone sono simili ai sintomi della normale influenza umana e comprendono febbre, tosse, mal di gola, dolori muscolari, mal di testa, brividi e stanchezza. Alcune persone hanno riferito diarrea e vomito associati con la febbre suina. In passato vi sono state segnalazioni di malattie gravi (polmonite e insufficienza respiratoria) e decessi connessi al contagio della febbre suina nelle persone. Come l'influenza stagionale, anche la febbre suina può causare un peggioramento di malattie croniche precedenti.

Come si propaga la febbre suina?

Si ritiene che la propagazione di questo virus dell'influenza suina A (H1N1) avvenga allo stesso modo in cui si propaga l'influenza stagionale. I virus della febbre si propagano principalmente da persona a persona, con i colpi di tosse o gli starnuti delle persone che hanno l'influenza. A volte il contagio avviene toccando qualcosa che presenti i virus della febbre e poi toccandosi la bocca o il naso.

Come può una persona con la febbre contagiare un'altra persona?

Le persone infette possono contagiare altre persone a partire da 1 giorno prima dello sviluppo dei sintomi e fino a 7 o più giorni dopo essersi ammalate. Ciò significa che si

può trasmettere la febbre ad un'altra persona prima di sapere di essere ammalati, nonché quando si è ammalati.

Cosa devo fare per evitare di prendere la febbre?

La prima cosa e la più importante: lavatevi le mani. Cercate di mantenervi in buone condizioni di salute generali. Dormite molto, fate attività fisica, gestite lo stress, bevete liquidi in abbondanza e mangiate cibo nutriente. Cercate di non toccare superfici che possano essere contaminate con il virus della febbre. Evitate il contatto ravvicinato con persone ammalate.

Esistono medicine per il trattamento della febbre suina?

Sì. Il CDC raccomanda l'impiego di oseltamivir o zanamivir per il trattamento e/o la prevenzione del contagio con i virus dell'influenza suina. I farmaci antivirali sono medicine (pillole, liquidi o inalatori) con obbligo di prescrizione che combattono l'influenza impedendo ai virus della febbre di riprodursi nel vostro corpo. Se vi ammalate, i farmaci antivirali possono moderare la malattia e farvi sentire meglio più velocemente. Possono inoltre prevenire complicazioni gravi. Per il trattamento, i farmaci antivirali agiscono al meglio se somministrati subito dopo essersi ammalati (entro 2 giorni dai sintomi).

Per quanto tempo una persona infetta può trasmettere la febbre suina agli altri?

Le persone contagiate dal virus dell'influenza suina andrebbero considerate potenzialmente contagiose finché ne presentano i sintomi e per 7 giorni dai primi sintomi della malattia. I bambini, in particolare quelli più piccoli, potrebbero essere potenzialmente contagiosi più a lungo.

Quali superfici è più probabile che siano fonti di contaminazione?

I germi possono propagarsi quando si tocca qualcosa che è contaminata dai germi e poi ci si tocca gli occhi, il naso o la bocca. Le goccioline della tosse o degli starnuti di una persona infetta sono convogliate nell'aria. I germi possono propagarsi quando si toccano le goccioline provenienti dalle vie respiratorie di un'altra persona e presenti su una superficie come un tavolo, e poi ci si tocca gli occhi, il naso o la bocca prima di lavarsi le mani.

Per quanto tempo i virus possono vivere all'esterno del corpo?

Sappiamo che alcuni virus e batteri possono vivere 2 ore o più su superfici quali tavolini di bar, maniglie di porte e tavoli. Lavarsi spesso le mani aiuta a ridurre la probabilità di contaminarsi con queste superfici comuni.

Cosa posso fare per proteggermi dalla malattia?

In questo momento non sono disponibili vaccini che proteggano dalla febbre suina. Vi sono azioni quotidiane che possono contribuire a prevenire la propagazione dei germi che causano le malattie delle vie respiratorie, come l'influenza. Adottate queste abitudini quotidiane per proteggere la vostra salute:

- Copritevi il naso e la bocca con un fazzolettino di carta quando tossite o starnutite. Gettate il fazzolettino nella spazzatura dopo l'uso.
- Lavatevi spesso le mani con acqua e sapone, in particolare dopo aver tossito o starnutito. Sono efficaci anche i detergenti per le mani a base di alcool.
- Evitate di toccarvi gli occhi, il naso o la bocca. I germi si propagano in questo modo.
- Cercate di evitare il contatto ravvicinato con persone ammalate.
- Se vi ammalate d'influenza, il CDC raccomanda di non recarsi al lavoro o a scuola e di limitare il contatto con gli altri per evitare di contagiarli.

Qual è il modo migliore di evitare di diffondere il virus tossendo o starnutendo?

Se siete ammalati, limitate il più possibile il contatto con altre persone. Non andate al lavoro o a scuola se siete ammalati. Copritevi la bocca e il naso con un fazzolettino di carta quando tossite o starnutite. Ciò può evitare che chi vi sta intorno si ammali. Gettate il fazzolettino usato nella spazzatura. Se non avete un fazzolettino, copritevi con la mano quando tossite o starnutite. Poi lavatevi le mani e fatelo ogni volta che tossite o starnutite.

Qual è la tecnica migliore per lavarsi le mani per evitare di contrarre la febbre?

Lavarsi spesso le mani aiuta a proteggersi dai germi. Lavatele con acqua e sapone o pulitele con un detergente per le mani a base d'alcool. Raccomandiamo che, quando vi lavate le mani con sapone e acqua calda, lo facciate per 15-20 secondi. Quando acqua e sapone non sono disponibili, è possibile usare fazzolettini per le mani usa-e-getta a base d'alcool o disinfettanti in gel. Si trovano in molti supermercati e farmacie. Se usate il gel, strofinatevi le mani fino a seccare il gel. Il gel non ha bisogno di acqua per agire; l'alcool che contiene uccide i germi presenti sulle mani.

Cosa devo fare se mi ammalo?

Se vivete in zone in cui sono stati identificati casi di influenza suina e vi ammalate con i sintomi dell'influenza, tra cui febbre, dolori muscolari, raffreddore, mal di gola, nausea, vomito o diarrea, potete rivolgervi al personale medico o sanitario, in particolare se vi preoccupano i sintomi. Il personale medico o sanitario determinerà se è necessario un test o trattamento per l'influenza.

Se siete ammalati, restate a casa ed evitate il più possibile il contatto con altre persone per evitare di trasmettere loro la malattia.

Se vi ammalate e notate uno dei seguenti segnali di allarme, rivolgetevi al servizio di pronto soccorso.

Nei bambini i segnali critici di allarme che richiedono cure mediche urgenti comprendono:

- Respirazione accelerata o difficoltà respiratorie
- Pelle bluastra
- Insufficiente assunzione di liquidi
- Mancato risveglio o mancata interazione

- Irritabilità, al punto che il bambino non vuole essere tenuto in braccio
- I sintomi dell'influenza migliorano ma poi ritornano con febbre e tosse peggiore
- Febbre con eruzione cutanea

Negli adulti i segnali critici di allarme che richiedono cure mediche urgenti comprendono:

- Difficoltà respiratorie o respiro corto
- Dolore o pressione nel petto o nell'addome
- Capogiri improvvisi
- Confusione
- Vomito violento o persistente

Quanto è grave il contagio con febbre suina?

Come avviene per l'influenza stagionale, nelle persone la febbre suina può variare da moderata a grave. Tra il 2005 e il gennaio del 2009 negli USA sono stati rilevati 12 casi umani di febbre suina, senza decessi. Tuttavia il contagio con la febbre suina può essere grave. Nel settembre del 1988 una donna del Wisconsin di 32 anni, incinta e fino ad allora in buona salute, fu ricoverata in ospedale per una polmonite dopo essere stata contagiata dalla febbre suina e morì 8 giorni dopo. Nel 1976 un'epidemia di febbre suina a Fort Dix, nel New Jersey, causò oltre 200 casi con malattia grave in diverse persone e un decesso.

Possono prendermi l'influenza suina mangiando o preparando carne di maiale?

No. I virus dell'influenza suina non si trasmettono con il cibo. Non si può contrarre l'influenza suina mangiando carne di maiale o prodotti derivati. Mangiare carne di maiale e prodotti derivati correttamente manipolati e cucinati è sicuro.