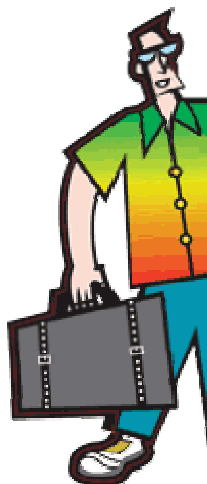




Newsletter: **informati!**

Numero 12 - Giugno 2012



Gentile Direttore,
continua con questa nota informativa il rapporto d'aggiornamento rivolto specificatamente agli agenti di viaggio.

Per eventuali quesiti, oltre ai numeri telefonici riportati, è attivo un indirizzo di posta elettronica: viaggiestero@ausl.mo.it
A disposizione per chiarimenti e/o suggerimenti, porgiamo distinti saluti.

La Diarrea del Viaggiatore

E' tempo di vacanze e molti si stanno preparando a partire per un viaggio verso Paesi tropicali o sub-tropicali o vi si devono recare per lavoro.

Raccolgono tutte le informazioni possibili sulle bellezze naturali e sulle ricchezze culturali del Paese che visiteranno ma pochi provvedono ad informarsi sui possibili rischi sanitari del loro viaggio e sulle malattie infettive presenti nel Paese dove trascorreranno le loro vacanze o il loro soggiorno.

Ma su questi viaggiatori potrebbe incombere il rischio di vedersi disturbare la permanenza, soprattutto se breve, da un frequente problema: la Diarrea del Viaggiatore.

Distribuzione geografica

La Diarrea del Viaggiatore (Travel's Diarrea o TD) è infatti un evento molto comune (30-70%) tra i viaggiatori che partendo da Paesi ad elevato tenore socio-economico e igienico-sanitario si recano in Paesi caldi con standard socio-economici e igienico-sanitari bassi e comunque inferiori al proprio Paese d'origine.

In base alle condizioni igieniche, nel mondo si distinguono 3 livelli di rischio:

- aree ad alto rischio: America Latina, la maggior parte dell'Asia, Africa settentrionale, occidentale e orientale;
- aree a rischio moderato o intermedio: Europa mediterranea, paesi del Medio Oriente, Cina, paesi dell'ex Unione Sovietica, Sud Africa;
- aree a basso rischio: resto d'Europa, Stati Uniti, Canada, Australia, Nuova Zelanda, Giappone.

Come si manifesta



Nella maggior parte dei casi la Malattia del Viaggiatore si manifesta con un episodio diarroico di breve durata (48-72 ore) e di gravità limitata (3-4 scariche al giorno).

Ma a volte la malattia può avere un decorso più grave (da 4 a 10 scariche al giorno) e la diarrea può accompagnarsi ad altri disturbi: nausea, vomito, crampi addominali, malessere generale, febbre. Nei casi più gravi si rileva la presenza di sangue nelle feci.

L'evoluzione tuttavia è favorevole: i casi lievi anche se non trattati possono guarire in 1-5 giorni ma talvolta le forme più gravi possono avere un decorso più lungo e protrarsi fino a 10 giorni.

Come si trasmette?

Le cause della Diarrea del Viaggiatore possono essere molteplici: nella maggioranza dei casi è dovuta a batteri, virus e parassiti ingeriti tramite alimenti, acqua e altre bevande contaminate, ma la diarrea può essere scatenata anche dallo stress del viaggio, dal cambio di alimentazione, dal clima.

Batteri	Protozoi	Virus
<i>Escherichia coli</i> (ETEC)	<i>Giardia lamblia</i>	Rotavirus
Altri <i>E. coli</i>	<i>Cryptosporidium parvum</i>	Calicivirus
<i>Shigella</i> spp.	<i>Cyclospora cayetanensis</i>	Enterovirus
<i>Salmonella</i>	<i>Entamoeba histolytica</i>	
<i>Campylobacter</i> spp.		
<i>Vibrio parahaemolyticus</i>		
<i>Aeromonas</i> spp.		
<i>Plesiomonas</i>		

Scala del rischio alimentare

BASSO RISCHIO (dal meno al più rischioso)	ALTO RISCHIO (dal più al meno rischioso)
caffè, the (serviti caldi)	dessert (specie se con creme non cotte)
cibo servito ad una temperatura > 60°C	acqua di rubinetto, cubetti di ghiaccio
frutta lavata e sbucciata dal consumatore	frutti di mare precotti
spremute di frutta fresca	formaggi
acqua gassata e bibite gassate in genere	piatti freddi
pane	salse calde
acqua imbottigliata non gassata	insalate, verdure crude
burro	latte

La prevenzione della diarrea del viaggiatore si basa sul rispetto di elementari norme igieniche

**DECALOGO DELLE BUONE PRATICHE
PER LIMITARE IL RISCHIO DI INFEZIONI TRASMESSE DA ALIMENTI**

- 1) Bollire, cuocere, sbucciare oppure lasciar perdere (*Boil it, cook it, peel it or leave it*)
- 2) Lavarsi sempre le mani prima di mangiare e bere utilizzando sapone e acqua corrente (o utilizzare acqua minerale imbottigliata o un disinfettante a base alcolica per le mani).
- 3) Consumare solo cibi ben cotti e serviti ancora caldi (i cibi cotti, conservati per ore a temperatura ambiente, costituiscono una delle principali fonti di infezione alimentare).
- 4) Consumare solo frutta che può essere personalmente sbucciata. (evitare macedonie di frutta).
- 5) Bere solo acqua imbottigliata e sigillata. Le bevande gassate sono più sicure. (Non bere acqua della rete idrica anche se indicata potabile o farla bollire per almeno 1 minuto o aggiungendo appositi disinfettanti attenendosi scrupolosamente alle istruzioni per l'uso).
- 6) Evitare cibi crudi soprattutto carne, pesce, frutti di mare, insalate.
- 7) Evitare l'uso alimentare di ghiaccio. (... e attenzione anche al cocktail di benvenuto)
- 8) Evitare di consumare gelati artigianali, salse a base di uovo crudo, dolci con crema o panna, formaggi freschi e latte non pastorizzato.
- 9) Evitare di acquistare cibi da venditori ambulanti (soprattutto nei Paesi ad alto e medio rischio).
- 10) Lavarsi i denti con acqua minerale imbottigliata e sigillata o con acqua precedentemente bollita o trattata con adeguato disinfettante.

Attualmente è in commercio, per la vaccinazione del colera un vaccino orale che ha dimostrato, in alcuni studi clinici, ridursi significativamente anche il rischio di contrarre la diarrea del viaggiatore da *Escherichia coli* enterotossica.

Si riportano in calce indirizzi e numeri telefonici delle sedi presso le quali è possibile rivolgersi per informazioni personalizzate sui rischi sanitari legati ai viaggi e sulle misure per evitarli.

La consulenza è gratuita e si effettua su prenotazione telefonando direttamente ai seguenti numeri:

SEDE	TEL.	ORARI
Modena: Strada Martiniana, 21 - Baggiovara	059 3963155	da lunedì a venerdì: 9.00 - 12.30
Castelfranco E: P.zza G. Deledda	059 929159	giovedì: 9.30 -12. 30
Sassuolo: Via Cavallotti, 136	0536 863725	da lunedì a venerdì: 8.30 - 13.00
Pavullo: Via Martiri, 63	0536 29359	da lunedì a venerdì: 9.00 - 13.00
Vignola: Via Libertà, 799	059 777044	da lunedì a venerdì: 9.00 - 12.00

La disdetta può essere effettuata telefonando ai numeri sopra indicati.

A seguito del terremoto che ha colpito i Comuni dell'Area nord Provincia di Modena non sono attualmente accessibili gli uffici del Dipartimento di Sanità Pubblica nelle sedi di Carpi e Mirandola.

Il Dipartimento di Sanità Pubblica garantisce localmente tutte le emergenze; le attività a favore dei viaggiatori internazionali sono gestite attraverso la sede di Modena, Strada Martiniana 21 - Baggiovara (tel. 059 3963155). Eventuali chiamate agli uffici verranno automaticamente inoltrate ad una delle due sedi.

La informiamo, ai sensi del D.Lgs. 196/03, che il trattamento dei suoi dati è finalizzato unicamente alle comunicazioni di cui sopra e che il suo indirizzo non sarà trasferito ad alcun soggetto esterno a questo Dipartimento.

Il Responsabile del trattamento dei Suoi dati personali per l'Azienda USL di Modena è la Direzione Amministrativa del Dipartimento di Sanità Pubblica della AUSL Modena,

Centro Servizi dell'Azienda USL di Modena, Strada Martiniana, 21 - Baggiovara - Modena

In relazione al trattamento dei dati personali, lei potrà direttamente, in ogni momento, esercitare i diritti di cui all'art. 7 (come, ad esempio, l'aggiornamento, l'integrazione, la rettifica, la cancellazione dei dati, ecc.), scrivendo a:

Azienda USL di Modena - Dipartimento di Sanità Pubblica

Segreteria della Direzione Amministrativa

Strada Martiniana, 21 - Baggiovara - Modena

o alla casella di posta elettronica: viaggiestero@ausl.mo.it

Qualora non desiderasse ricevere questa newsletter la invitiamo a rispondere a questa mail scrivendo "NO newsletter Informati!" nel testo.