

V GIORNATA DELLE PROFESSIONI SANITARIE
Matera 13 Settembre 2019
Auditorium P.O. di Matera

L'acqua: sicurezza e qualità un binomio indissolubile

Acqua: La Comunicazione del Rischio

A.S. dott.ssa Viviana Vitale
ASL Bari - Dipartimento di Prevenzione
Ambulatorio Medicina dei Viaggi e delle Migrazioni





Comunicazione

La comunicazione è un'abilità, visto che è impossibile non comunicare, impariamo a farlo bene!



CORRETTA E COMPLETA VALUTAZIONE DEL RISCHIO...



MEDICINA DEI VIAGGI E DEL TURISMO

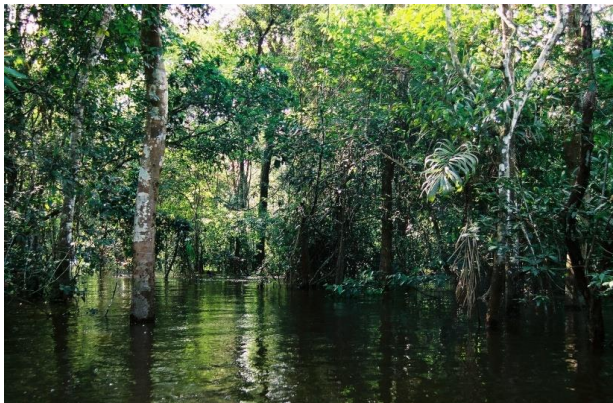
Ogni anno più di 16 milioni di italiani si reca all'estero, di cui il 10% in paesi tropicali o subtropicali.



V Giornata delle Professioni Sanitarie

13 Settembre 2019 - Matera

**Gli Habitat favoriti dai vettori
Di malattie infettive sono
Per lo più zone umide e ricche di
Vegetazione, quindi aree
A clima tropicale e sub-tropicale**



Tetanus, Diphtheria & Poliomyelitis



■ *Tetanus & Diphtheria risk area*
■ *Tetanus, Diphtheria & Poliomyelitis risk area*

Typhoid Fever



■ *high risk area*
■ *moderate risk area*

Hepatitis A



■ *high risk area*
■ *moderate risk area*

Yellow Fever



■ *risk area*

Travellers' Diarrhea



■ *high risk area*
■ *moderate risk area*

Cholera



■ *countries with Cholera cases*

Rabies



■ *high risk area*
■ *moderate risk area*

Influenza



■ *Seasonal risk areas:*
■ *Nov-Mar* ■ *all year* ■ *Apr-Sep*

Meningococcal Disease



■ *risk area*

Japanese Encephalitis



■ *all year risk area*
■ *seasonal risk area*

Conoscere i rischi del paese

VIAGGIARE E' UN PIACERE...VIAGGIARE IN SALUTE E' UN DIRITTO ED UN DOVERE...

- Prima di mettersi in viaggio è importante conoscere le caratteristiche del Paese ospitante e rivolgersi al **PERSONALE SANITARIO** dedicato per le eventuali vaccinazioni da eseguire e per la profilassi farmacologica e comportamentale.
- Molte malattie, da tempo sconfitte in Italia, sono ancora diffuse in alcuni Paesi, specie quelli in via di sviluppo.
- Si tratta di malattie infettive, la cui diffusione è favorita dalle caratteristiche climatiche dei Paesi e dalla persistenza di situazioni di carenze igienico-sanitarie e che in molti casi possono avere serie conseguenze per la salute.





La valutazione del rischio delle Acque per il Viaggiatore Internazionale

Principali microrganismi potenzialmente trasmissibili con l'acqua

| Batteri | Virus | Protozoi | Elminti |
|--|-------------------------------|--|---|
| E. Coli | Calicivirus | Cryptosporidium parvum | Nematodi (A. lumbricoide) |
| Campylobacter spp Salmonella | Enterovirus (poliovirus ecc.) | Cyclospora cayentanensis | Tricliuris, T. trichiuria, D. medidensis) |
| Shigella spp | Epatite A E | Entamoeba histolytica | |
| Aeromonas spp V. cholerae, V. parahemolyticus Yersinia enterocolitica | Norwalk Rotavirus | Giardia lamblia Isospora belli Toxoplasma gondii | |

EVITARE COMPORTAMENTI A RISCHIO

VACCINAZIONI

PROFILASSI COMPORTAMENTALE

La problematica più conosciuta e temuta dai viaggiatori...

DIARREA DEL VIAGGIATORE

- È forse la malattia del viaggiatore più nota. A causarla possono essere sia batteri, sia virus, sia parassiti, ma possono influire, sebbene in misura minore, anche i cambiamenti di abitudini e delle condizioni climatiche.
- La diarrea del viaggiatore è una sindrome clinica associata ad acque e cibo contaminati che si verifica durante o subito dopo un viaggio. La diarrea del viaggiatore è il problema sanitario più comune incontrato dai viaggiatori e, a seconda della lunghezza del soggiorno, può colpire fino all'80% dei viaggiatori che si recano in destinazioni ad alto rischio. Più comunemente colpisce individui che viaggiano da un'area con standard igienici più elevati verso aree meno sviluppate.
- La diarrea può essere accompagnata da nausea, vomito, crampi addominali e febbre. Vari batteri, virus e parassiti sono tra le cause note della diarrea del viaggiatore, ma i batteri sono responsabili della maggioranza dei casi. La sicurezza degli alimenti, delle bevande e dell'acqua da bere dipende principalmente dalle condizioni di igiene applicate localmente nella raccolta, preparazione e manipolazione. Nei paesi o aree con bassi livelli di igiene e scarse infrastrutture per il controllo della sicurezza dei cibi, delle bevande e delle acque da bere, esiste un alto rischio di contrarre la diarrea del viaggiatore.



- Alimenti e bevande : La “diarrea del viaggiatore” colpisce circa la metà dei viaggiatori in area tropicale, solitamente si risolve nel giro di pochi giorni, ma rappresenta comunque un notevole fastidio. Seguire semplici ma precise norme comportamentali permette di evitare, oltre a tale disturbo, anche tutta una serie di malattie trasmissibili dagli alimenti . - Mangiare cibi cotti, assicurandovi che siano ben cotti e serviti caldi. La cottura contribuisce a uccidere i possibili germi presenti. - Preferire frutta a buccia spessa, e sbucciarla personalmente. - Bere solo acqua e bevande imbottigliate, controllando l’integrità del sigillo; sono preferibili le bevande gassate. Sono in genere sicure anche le bevande preparate con acqua bollente (tè, caffè) e quelle alcoliche, anche se occorre non abusarne. - Asciugare, prima di bere, l’esterno delle lattine messe a refrigerare nel ghiaccio o nell’acqua. - Lavarsi i denti con acqua imbottigliata. Per l’igiene del corpo è idonea l’acqua di rubinetto. - Qualora non sia possibile avere acqua sigillata, è possibile bollirla o utilizzare composti a base di cloro per la potabilizzazione (seguire le dosi indicate dal foglio illustrativo). Inoltre: - Lavarsi spesso le mani, e sempre prima di mangiare e dopo essere stati in bagno; - In caso di utilizzo di servizi igienici pubblici, prestare la massima prudenza, lavarsi le mani dopo l’utilizzo, adoperare salviettine disinfettanti. Cosa fare: - NON fidarsi dell’aspetto dei cibi in quanto la maggior parte dei germi non determina alterazioni visibili né di gusto dell’alimento. - Evitare alimenti crudi o non completamente cotti. - Evitare insalate, verdura cruda, macedonie e frutta in genere se non può essere personalmente lavata e sbucciata. - Evitare gelati non confezionati, creme, panna, maionese e cibi preparati con uova crude. - Evitare latte non bollito e latticini non confezionati. - Evitare qualsiasi tipo di cibo conservato all’aperto, che può essere esposto a mosche o ad altri insetti. - Evitare GHIACCIO E GRANITE perché possono essere preparati con acqua non sicura. - NON portare le mani alla bocca senza una preliminare pulizia. - NON acquistare cibi da venditori di strada.

In caso di diarrea

- Qualora, nonostante tutte le precauzioni, si dovesse manifestare una diarrea, è importante procedere prima di tutto evitare la disidratazione, provvedendo quindi ad assumere liquidi e sali minerali. Si possono adoperare soluzioni reidratanti pronte per l'uso, oppure preparate mescolando 6 cucchiaini di zucchero e 1 cucchiaino di sale in 1 litro d'acqua potabile. Cercare di bere molto, meglio in piccole quantità ripetute. Mantenere inoltre una dieta adeguata evitando latte e latticini, cibi grassi e piccanti: preferire riso, pasta, patate, carne bollita in modica quantità. Nei casi di diarrea più grave ricorrere a farmaci specifici. Altre infezioni possono essere contratte in seguito al consumo di alimenti o bevande contaminate: tra di esse in particolare la febbre tifoidea (da frutti di mare, e da verdura), la brucellosi (dal latte e dai suoi derivati), le infestazioni intestinali da parassiti come la giardia o l'ameba (da vegetali e da acqua), l'epatite virale A (dall'acqua, dai frutti di mare, e dalle verdure non lavate). Soltanto alcune di queste infezioni possono essere evitate mediante vaccinazioni (epatite A, febbre tifoidea, colera, Vedi vaccinazioni). Pertanto il viaggiatore deve prestare grande prudenza nella scelta delle bevande e dei cibi ed una meticolosa attenzione nella loro preparazione. E' preferibile in alcune occasioni digiunare alcune ore piuttosto che assumere alimenti potenzialmente infetti. Anche il ragionevole impulso ad assaggiare prodotti tipici locali deve essere trattenuto dalle norme del buon senso. E se si è in trattamento con antiacidi come la ranitidina, l'omeprazolo, il Maalox? Si deve ricordare che l'acidità gastrica dello stomaco è la prima barriera nelle difese dell'organismo dalle infezioni trasmesse per via alimentare; perciò quando si è in trattamento con questi farmaci si è esposti ad un rischio maggiore di acquisire le infezioni sopradette e può essere indicata una profilassi farmacologica della diarrea del viaggiatore (es.ciprofloxacina); l'indicazione a questa profilassi dovrà essere discussa con il Medico curante o con lo specialista di Medicina dei viaggi. Alcune semplici regole sotto esposte aiutano a ridurre il rischio di infezione e dovrebbero essere sempre rispettate.

I comportamenti corretti

per evitare il rischio di malattie da consumo di acqua e alimenti contaminati

1. Bere soltanto bevande imbottigliate e sigillate
2. Non aggiungere ghiaccio alle bevande
3. Non bere latte o mangiare latticini non pastorizzati
4. Frutta e verdure crude vanno consumate solo dopo averle sbucciate
5. Non consumare pesce o frutti di mare crudi o poco cotti
6. Non mangiare carni crude
7. Consumare solo cibi ben cotti, ancora caldi
8. Non acquistare generi alimentari da ambulanti
9. Curare l'igiene personale, usare acqua potabile anche per lavarsi i denti, lavarsi sempre le mani prima dei pasti e dopo l'uso dei servizi igienici
10. In mancanza di acqua potabile consumarla solo dopo bollitura o con l'aggiunta di qualche disinfettante



IL DECALOGO DEL CORRETTO COMPORTAMENTO ALIMENTARE DEL VIAGGIATORE



- ➔ Bere soltanto bevande imbottigliate e sigillate
- ➔ Non aggiungere ghiaccio alle bevande
- ➔ Non bere latte o mangiare latticini non pastorizzati
- ➔ Frutta e verdure crude vanno consumate solo dopo averle sbucciate
- ➔ Non consumare pesce o frutti di mare crudi o poco cotti
- ➔ Non mangiare carni crude
- ➔ Consumare solo cibi ben cotti, ancora caldi
- ➔ Non acquistare generi alimentari da ambulanti
- ➔ Curare l'igiene personale, usare acqua potabile anche per lavarsi i denti, lavarsi sempre le mani prima dei pasti e dopo l'uso dei servizi igienici
- ➔ In mancanza di acqua potabile consumarla solo dopo bollitura o con l'aggiunta di qualche disinfettante



BERE

CUCINARE

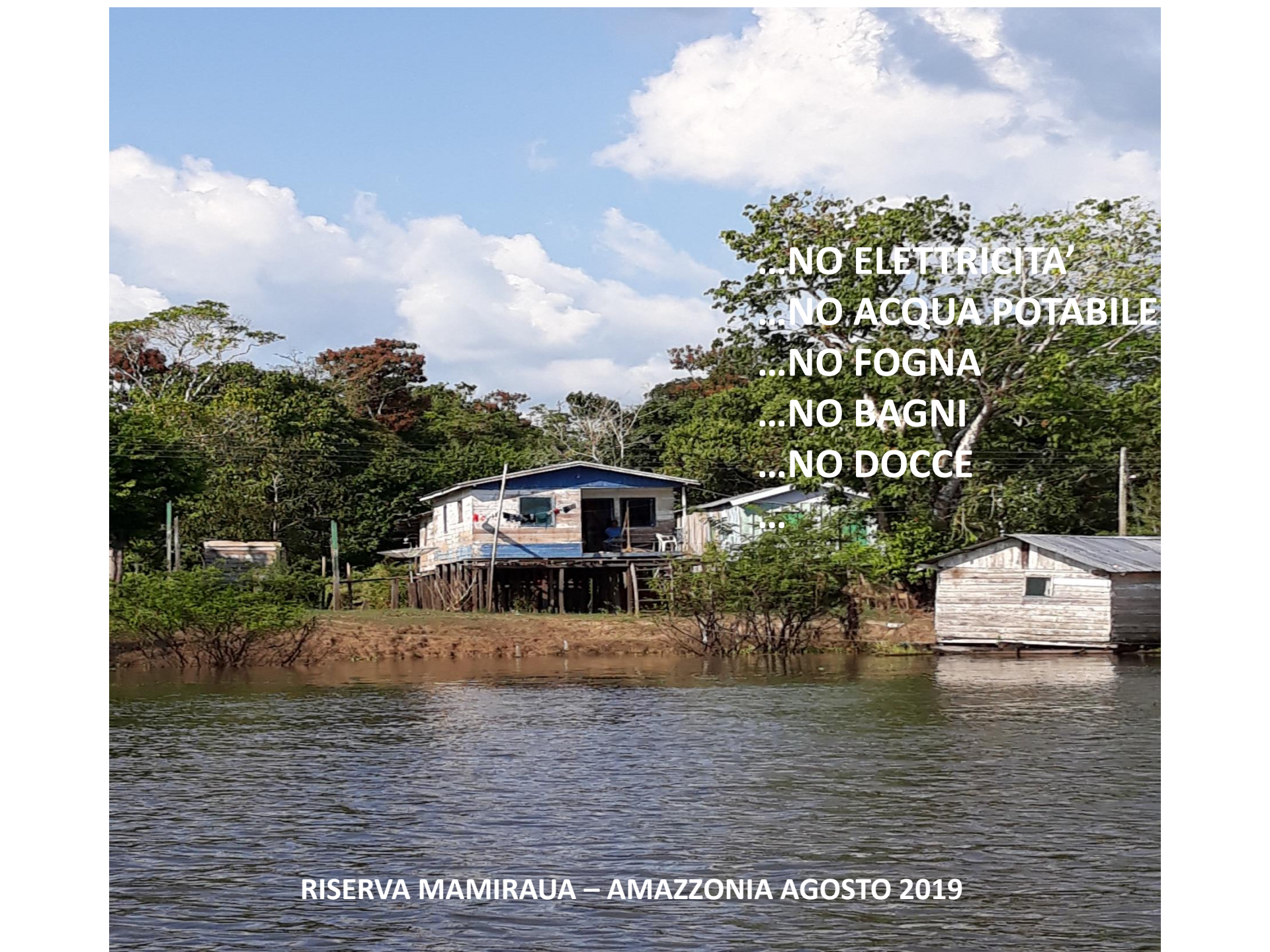
DORMIRE

CAMMINARE

**...VISIONE ALTERNATIVA DEI RISCHI LEGATI ALLE
ACQUE NEI VIAGGI INTERNAZIONALI...**

LAVARSI E LAVARE

RIO PARANA' PARAPUA...AMAZZONIA AGOSTO 2019



**...NO ELETTRICITA'
...NO ACQUA POTABILE
...NO FOGNA
...NO BAGNI
...NO DOCCE**

RISERVA MAMIRAUÁ – AMAZZONIA AGOSTO 2019

Acqua potabile

Si raccomanda di fare attenzione all'acqua utilizzata per la preparazione di alimenti o bevande e a quella per uso igienico, perché ...

- L'acqua potabile, al pari degli altri alimenti, deve essere **conservata con estrema** cura e attenzione.
- Il mantenimento delle caratteristiche qualitative dell'acqua potabile dipende da molti fattori fra i quali, principalmente, le condizioni igieniche dei contenitori utilizzati e la temperatura di conservazione
- L'acqua viene utilizzata anche per la preparazione di **gelati, granite e cubetti** di ghiaccio, nonché per il lavaggio di cibi crudi;
- L'acqua è un potenziale mezzo di trasmissione di malattie, quali la febbre tifoide, il colera, l'amebiasi ed altre malattie diarroiche;





...IL GHIACCIO NELLE BEVANDE...

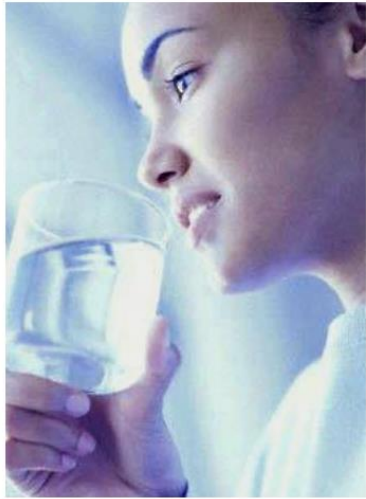
Acqua e Cibo

- ▶ La frutta va consumata solo dopo averla sbucciata e lavata con acqua sicura (potabile) così come è preferibile consumare le verdure ben cotte, se non si è certi dell'acqua disponibile. In mancanza di acqua potabile, procedere con l'aggiunta di appositi disinfettanti.
- ▶ Condire i frutti di mare con il limone non ha alcun effetto sugli agenti patogeni
- ▶ Evitare di consumare spuntini preparati e offerti in strada
- ▶ Il rischio di contrarre un'infezione lavandosi i denti con l'acqua corrente è basso. Tuttavia, nel dubbio, è preferibile utilizzare acqua in bottiglia o trattata.





Come evitare le infezioni intestinali

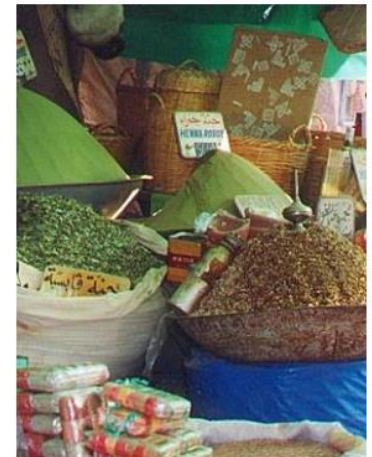


Non bere:

- ❑ Acqua non certamente potabile (acqua o bevande imbottigliate con tappo originale o in lattina)
- ❑ Usare acqua sicura anche per lavarsi i denti
- ❑ Non utilizzare il ghiaccio

Come evitare le infezioni intestinali

- ❑ Non acquistare generi alimentari e bevande da venditori ambulanti
- ❑ Evitare i ristoranti nei quali non sia curata l'igiene
- ❑ Curare con scrupolo l'igiene personale soprattutto prima dei pasti
- ❑ **Attenzione ad antiacidi**



Alimenti a rischio

BASSO RISCHIO (dal meno al più rischioso)

- caffè, the (serviti caldi)
- cibo servito a $T^{\circ} > 60^{\circ}\text{C}$
- Frutta sbucciata dal consumatore
- spremute di frutta fresca
- acqua gassata e bibite gassate in genere
- pane
- acqua imbott. non gassata
- burro

ALTO RISCHIO (dal più al meno rischioso)

- Dessert (>>creme non cotte)
- acqua di rubinetto, cubetti
 - di ghiaccio
- frutti di mare precotti
- formaggi
- piatti freddi
- salse calde
- insalate, verdure crude
- latte



Acqua per uso igienico

Facendo il bagno in un corso d'acqua ci si espone a schistosomiasi, leptospirosi e malattie diarroiche; è consigliabile evitare di immergersi.

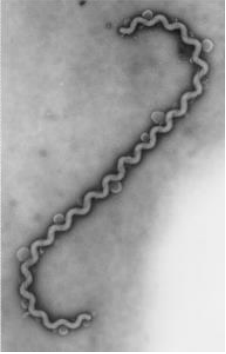
Il fango e la sabbia possono contenere larve di parassiti. Occorre quindi evitare con cura di:

- Camminare a piedi nudi o con calzature non sufficientemente protettive,
- Fare il bagno in ruscelli, fiumi, acquitrini, laghi o piscine non controllate,
- Non bisogna dimenticare che l'annegamento rappresenta il maggior fattore di rischio di un bagno.





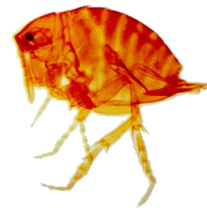
**AMAZZONIA BRASILIANA
AGOSTO 2019**



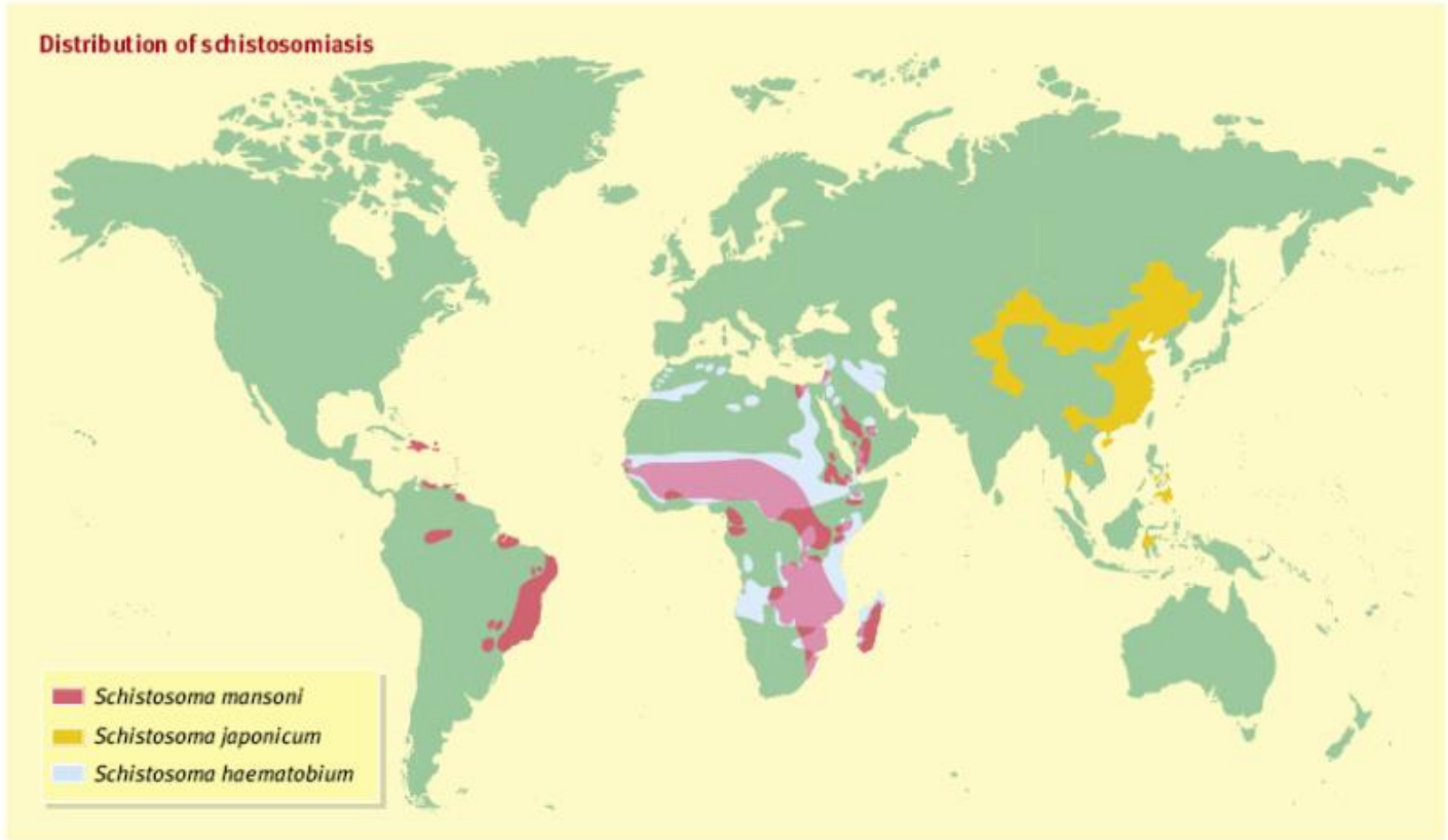
Bagni in fiumi, laghi e mare; sulla spiaggia

Il bagno in acque dolci stagnanti o a lenta corrente può essere fonte di rischi. In particolare in molti paesi dell'Africa, ed in alcuni del [Sud America](#) e dell'Asia può essere contratta la [schistosomiasi](#), una malattia che può danneggiare anche gravemente le vie urinarie, l'intestino ed il fegato, mentre in quasi tutte le regioni del mondo c'è il pericolo della [leptospirosi](#). I viaggiatori devono essere attenti che i bagni in laghi e fiumi nei paesi di endemia sono a rischio. Anche le docce con acque raccolte da queste fonti sono potenzialmente pericolose. Se si deve utilizzare l'acqua per lavarsi è consigliabile scaldarla per almeno 5' a 50° o trattarla con iodio o cloro alle concentrazioni indicate per la potabilizzazione. In caso di contatto accidentale può essere utile per ridurre il passaggio delle cercarie (lo stadio infettante dello schistosoma) una tempestiva frizione con alcool o un energico massaggio con un asciugamano. In caso di contatto con acque potenzialmente a rischio per la schistosomiasi è consigliabile sottoporsi ad accertamenti al rientro in Italia anche in assenza di sintomi. I soggetti portatori di un qualche grado di immunodepressione devono sapere che il bagno in acque dolci espone al rischio di contrarre la criptosporidiosi, una infezione intestinale protozoaria potenzialmente pericolosa in presenza di alterazioni dello stato immunitario.

Camminare o sdraiarsi sulle spiagge può essere fonte di infezioni della pelle (Larva migrans cutanea, pulce penetrante) o intestinali (*Strongyloides stercoralis*, *Ancylostoma duodenale*). E' prudente camminare sempre con scarpe e non stendersi sulla spiaggia senza un asciugamano. Anche i bagni in mare espongono ad alcuni rischi e richiedono prudenza. Dermatiti, otiti, punture di creature marine, lesioni da coralli. E' consigliabile anche in questo caso indossare sempre scarpe con suola resistente durante il bagno.



Distribution Map



MALATTIE A TRASMISSIONE VETTORIALE



Possono avere un'eziologia di tipo virale,
rickettsiale, batterica, protozoaria, parassitaria
Rappresentano oltre l'80% delle patologie infettive



INSETTI

- **febbre gialla:** Aedes, Haemagogus
- **febbre dengue:** Aedes, Haemagogus
- **encefaliti virali:** Culex, Anopheles, zecche
- **filariosi:** Aedes, Culex, Anopheles
- **leishmaniosi:** flebotomi
- **tripanosomiasi africana e americana:** mosca tsetze e cimici
- **tifo esantematico:** pulci e pidocchi
- **altre rickettsiosi:** zecche
- **borreliosi di Lyme:** zecche





PROTEZIONE CONTRO LE ZANZARE

- evitare di uscire di sera e di notte
- indossare vestiti con maniche lunghe e di colore chiaro
- applicare repellenti sulla cute
- usare zanzariere a porte e finestre o sul letto
- usare di notte insetticidi (piretroidi)





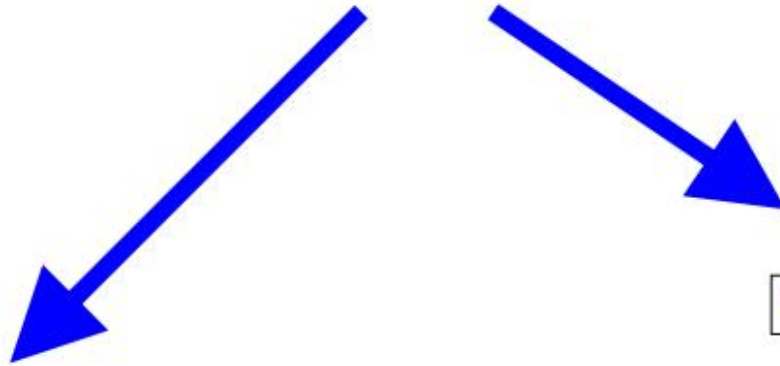
- ➔ Portare con sé repellenti cutanei e usarli frequentemente
- ➔ La cute, anche quella del viso va protetta con repellenti che vanno spalmati frequentemente perché inattivati nel tempo dal caldo e dal sudore
- ➔ Utilizzare i repellenti cutanei sulle parti scoperte del corpo specialmente all'alba e al tramonto
- ➔ Indossare camicie a maniche lunghe, pantaloni lunghi, di colore chiaro e in fibra naturale
- ➔ Non girare mai a piedi nudi
- ➔ Utilizzare sempre le protezioni meccaniche disponibili quali zanzariere, non aprire le finestre di notte con le luci accese
- ➔ Evitare di svolgere attività sportive nelle ore serali della giornata
- ➔ In caso di pernottamento in edifici privi di aria condizionata utilizzare zanzariere e/o diffusori elettrici e insetticidi
- ➔ Non nuotare né camminare a piedi nudi nelle acque dolci



RISCHI NELLE ACQUE TROPICALI!!!



Valutazione sanitaria al ritorno dal viaggio internazionale



VIAGGIATORE ASINTOMATICO

SCOPO: rivelare eventuali patologie latenti o occulte

VIAGGIATORE SINTOMATICO





V Giornata delle Professioni Sanitarie

13 Settembre 2019 - Matera

GRAZIE PER L'ATTENZIONE!

RIO AMAZONAS AGOSTO 2019