

SALUTE

Influenza alle porte per 5 milioni

In arrivo quattro virus: anche un «incomodo» di origine australiana

di Cinzia Lucchelli

▶ ROMA

All'appuntamento annuale con l'influenza non si sfugge. Ma si può lavorare d'anticipo con la prevenzione, che passa dai vaccini e da comportamenti e abitudini, igieniche e alimentari, corretti. Tanto più preziosi se consideriamo che questa malattia, trasversale e banale nella maggior parte dei casi, non va sottovalutata perché nelle persone particolarmente fragili può rappresentare un pericolo serio.

La stagione alle porte non dovrebbe essere particolarmente pesante ma metterà comunque a letto tra i 4 e i 5 milioni di italiani. Con un 40% di casi tra chi ha fino a 18 anni, un altro 40% nella fascia d'età 18-65 anni e un 20% tra chi supera i 65.

«I virus protagonisti nei prossimi mesi saranno tre, forse quattro - spiega Fabrizio Pregliasco, virologo e ricercatore del dipartimento di Scienze biomediche per la salute dell'Università degli Studi di Milano - Non sono varianti nuovissime quindi una parte di italiani potrà scampare». Si tratta del virus H1N1, che circola dal 2009, una variante H3N2 di origine svizzera e una B Phuket di origine thailandese. Il possibile quarto incomodo si chiama B Brisbane, è di origine australiana, e potrebbe portare a un aumento dei casi. «Bisognerà poi vedere l'andamento meteorologico - continua Pregliasco - perché se l'inverno dovesse essere più freddo succederà come lo scorso anno: più casi per una capa-

**Gli esperti calcolano che l'influenza metterà a letto 4-5 milioni di italiani**

cità maggiore dei virus di diffondersi».

Dagli sbalzi di temperatura dipenderà anche la frequenza di casi di sindromi simil-influenzali, dovuti ad altri virus. Ce ne sono di oltre duecento tipi e potrebbero colpire dagli 8 ai 10 milioni di italiani.

Di fronte a questa prospettiva abbiamo più armi per non farci trovare impreparati. La parola chiave è prevenzione. E in questo l'informazione gioca un ruolo prezioso. Nasce da qui la campagna "L'influenza che verrà #previenila", lanciata ieri e promossa da Moige, il Movimento italiano genitori onlus. Mette in campo tre strumenti: il sito www.previenila.it, un numero verde per chiedere indicazioni e suggerimenti ai medici (800385014) e materiale informativo distribuito in farmacie e studi medici.

La campagna suggerisce sette regole, semplici quanto effi-

caci, da seguire. Come lavare spesso le mani con acqua e sapone; riparare bocca e naso quando si tossisce o starnutisce e lavare subito dopo le mani; non toccare occhi, naso e bocca, facili vie di accesso ai virus; evitare il fumo, anche passivo; seguire uno stile alimentare sano che preveda cibi ricchi di vitamina C come arance, kiwi, ananas, broccoli e arance. E poi: rimanere a casa quando si manifestano i primi sintomi ed evitare luoghi affollati quando i casi di malattia sono molto numerosi. L'ultima, non per importanza, è vaccinarsi. Un'opportunità per tutti e un "salvavita", ad esempio, per chi ha più di 65 anni e per i malati cronici. Il vaccino non protegge da tutte le forme non dovute a virus influenzali e non sempre evita del tutto la malattia, ma ne attenua sintomi e rischio di complicanze.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

