

Come sarà la prossima stagione influenzale

I virus influenzali della stagione influenzale 2014/2015 non sembrano particolarmente aggressivi, ma è importante distinguere fra influenza e sindromi para-influenzali

Come ogni anno, di questa stagione si delineano le previsioni per la prossima stagione influenzale. Naturalmente la vera influenza si diffonderà maggiormente nei periodi di freddo intenso e prolungato (tipicamente tra novembre e marzo), mentre le forme para-influenzali avranno la caratteristica di essere presenti tutto l'anno e si incrementeranno in caso di frequenti sbalzi di temperatura. Visto l'andamento del tempo atmosferico, proprio per questo gli esperti quest'anno, ancor più che negli altri anni, ci tengono a ribadire la differenza tra la "vera influenza" e le sindromi para-influenzali: "Tecnicamente si può parlare di 'vera influenza' solo quando ci sono tre condizioni presenti contemporaneamente: febbre elevata >38 ad insorgenza brusca; sintomi sistemici come i dolori muscolari/articolari; sintomi respiratori come la tosse, il naso che cola, la congestione/secrezione nasale e mal di gola. In tutti gli altri casi si parla di infezioni respiratorie acute o sindromi para-influenzali" dichiara il Prof. Fabrizio Pregliasco, Ricercatore del Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università degli Studi di Milano. "La prossima stagione influenzale sarà, infatti, caratterizzata da tre virus: A/H1N1/ California, A/H3N2/ Texas e B/Massachussetts. Non

si tratterà in ogni caso di un'influenza aggressiva e per l'inverno 2014-2015 si prevedono circa 4 milioni di casi. Non va sottovalutata poi, la stima di coloro che verranno contagiati dai virus "cugini" (ce ne sono oltre 200), responsabili delle sindromi simil-influenzali, che potrebbero raggiungere altri 6 milioni di italiani".

In questo scenario, i farmaci di automedicazione si confermano il rimedio principale a cui si affidano il 56% degli italiani per il trattamento delle sindromi influenzali e para-influenzali, dagli antinfiammatori non steroidei (FANS) sia per uso sistemico che locale, agli sciroppi per la tosse, ai mucolitici e ai decongestionanti. Si tratta di farmaci a cui i cittadini si affidano con sicurezza, certi che in caso di necessità si può facilmente far ricorso al consiglio del farmacista o del medico di famiglia, come dichiarano di fare già il 68% degli italiani.

► Accorgimenti per la prevenzione

È importante ricordare che alcuni accorgimenti possono aiutare a prevenire influenza e sindromi para-influenzali. Secondo un'indagine condotta su un campione di italiani tra i 18 e i 64 anni commissionata da Assosalute (Associazione

nazionale farmaci di automedicazione), per preparare il proprio fisico all'inverno:

- oltre il 50% degli italiani fa attenzione all'abbigliamento e si veste "a cipolla";
- il 31,3% sta più attento all'alimentazione cercando di assumere cibi con un maggior apporto di vitamine (spremute d'arancia, ecc.);
- oltre il 25% verifica di avere in casa i farmaci di automedicazione che possono essergli utili;
- lo sport, soprattutto tra i più giovani, è visto come un'arma di prevenzione (2,6%);
- il 12% farà il vaccino antinfluenzale.

"Oltre ad affidarsi ad una corretta automedicazione", prosegue il Prof. Pregliasco, "esistono poi dei piccoli accorgimenti da mettere in atto nella vita quotidiana che possono diminuire/evitare il contagio: alcuni esempi possono essere lavarsi spesso le mani, coprirsi la bocca e il naso quando si tossisce o si starnutisce ed evitare luoghi chiusi e affollati".



Attraverso il presente QR-Code è possibile visualizzare con tablet/smartphone un video di approfondimento sull'argomento