

## ■ PREVENZIONE

### Previsioni sulla prossima stagione influenzale

**C**on l'avvicinarsi dell'inverno, si avvicina la cosiddetta stagione influenzale e come ogni anno è possibile fare delle stime su quello che ci aspetta. "Le previsioni - spiega **Fabrizio Pregliasco**, del Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute dell'Università degli Studi di Milano e Direttore Sanitario dell'IRCCS Galeazzi di Milano - ad oggi ci fanno pensare a 5 milioni di casi e quindi a una stagione di intensità media; questo, rispetto alle caratteristiche dei virus e soprattutto a quanto è successo nell'altro emisfero, in Australia e Nuova Zelanda, dove la stagione è stata molto bassa". In realtà - continua Pregliasco "anche l'anno scorso avevamo cominciato con questo tipo di previsione, poi siamo arrivati alla peggiore stagione degli ultimi 15 anni. Questo è dovuto a questioni che si sono sovrapposte".

#### ► Quali virus arriveranno?

E veniamo a quest'anno. La prossima stagione influenzale dovrebbe contemplare un virus H1N1 A/Michigan, già presente negli scorsi anni, un H3N2 Singapore e due varianti: la più probabile B/Colorado (Victoria) e forse il B/Phuket (Yamagata). Almeno sulla carta - aggiunge il Prof.

Pregliasco - "ad oggi possiamo dire che non avremo delle situazioni così pesanti. Anche se già in questo periodo sta crescendo il numero delle sindromi simil-influenzali grazie a questo tempo molto 'ballerino' che facilita la diffusione di questi virus. Mentre invece, dobbiamo ricordarlo, la vera influenza si avvantaggia di temperature basse che permangono per più giorni, quindi il momento effettivo di scoppio della stagione è quello che va da Natale in poi".

Si considera "vera influenza" solo una situazione in cui siano presenti tre condizioni contemporaneamente: febbre elevata (>38°) a insorgenza brusca, sintomi sistemici come dolori muscolari/articolari e sintomi respiratori come tosse, naso che cola, congestione/secrezione nasale o mal di gola. In tutti gli altri casi si tratta solitamente di infezioni respiratorie acute o sindromi parainfluenzali.

In questo contesto la vaccinazione può essere importante, soprattutto per le persone anziane.

#### ► Gli italiani e l'influenza

Secondo un'indagine condotta da Human Highway per conto di Federchimica - Assosalute del settembre 2018, gli italiani si affidano al buon-

senso nel prevenire e affrontare l'influenza: si coprono bene, evitano gli sbalzi di temperatura, e si lavano spesso le mani. Quando i sintomi insorgono, i farmaci di automedicazione risultano essere per il 58.5% il rimedio più utilizzato, ma ben il 20.7% dichiara di usare gli antibiotici. Se improprio, l'uso di questi farmaci può rivelarsi addirittura dannoso, per la possibilità di determinare un'alterazione della flora batterica delle prime vie respiratorie, con possibilità di favorire una superinfezione da parte di un microrganismo resistente. Gli antibiotici trovano, invece, ovviamente indicazione nelle complicanze batteriche e devono essere utilizzati, solo su prescrizione, dopo aver effettuato una visita medica, quando i sintomi dell'influenza non passano con i farmaci di automedicazione oppure se, dopo un'apparente guarigione, si manifesta un ritorno di febbre e tosse produttiva. "L'approccio da rimarcare per il trattamento dell'influenza - continua Pregliasco - rimane quello del ricorso a farmaci sintomatici, che vanno usati però responsabilmente, cioè indicando al paziente di attenuare i sintomi senza azzerarli, seguire per 3-4 giorni l'andamento della malattia e consultare il medico se dopo questo periodo di tempo le cose non migliorano".



Attraverso il presente QR-Code è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Fabrizio Pregliasco