



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Sede legale: Via Po, 11 - 10034 CHIVASSO (TO)

Tel. +39 011.9176666

Sede amministrativa: Via Aldisio, 2 - 10015 IVREA (TO)

Tel. +39 0125.4141

www.aslto4.piemonte.it

P.I./Cod. Fisc. 09736160012

Dipartimento di Prevenzione

SISP

Servizio di Igiene e Sanità Pubblica/FV

Via Regio Parco 64 – Settimo Torinese

Tel. 011.8212308

e-mail: sisp.settimo@aslto4.piemonte.it

MEDICINA DEI VIAGGI

PROTEZIONE CONTRO LE PUNTURE/MORSI DI ARTROPODI - Generalità

Le zanzare, le mosche, i moscerini, i pappataci, le zecche, le cimici e molti altri insetti possono causare fastidio, reazioni cutanee o trasmettere malattie. Dal momento che nessun farmaco o vaccino è attualmente in grado di garantire una protezione totale dal rischio di malattie trasmesse da artropodi vettori, è fondamentale cercare di evitare il più possibile il contatto con gli insetti che le trasmettono.

Molte sostanze e un discreto numero di dispositivi sono considerati efficaci nella prevenzione delle punture della zanzara anofele. Non tutti hanno la stessa efficacia ed alcuni non solo non hanno nessun effetto protettivo e alcuna efficacia ma anzi in certi casi possono ottenere l'effetto opposto (profumi). In particolare, non hanno effetto:

- Dispositivi elettronici (ultrasuoni)
- Assunzione di aglio e vitamine del gruppo B
- Profumi e colonie: possono attirare api e vespe

PRECAUZIONI GENERALI:

a. Zanzariere

Le zanzariere sul letto sono essenziali se si dorme in stanze senza schermo alle finestre o con le porte aperte. La grandezza delle maglie è fondamentale; maggiore è la larghezza maggiore sarà la possibilità per le zanzare di penetrare. Meglio ancora se saranno state trattate con **permetrina** (insetticida). Le stanze da letto dovrebbero avere le zanzariere alle finestre.

b. Aria condizionata

Rende gli insetti meno attivi e quindi meno pericolosi

c. Attività:

L'ideale sarebbe limitare le attività all'aperto nelle ore di maggior attività degli insetti, per esempio, per la malaria il periodo di rischio va fondamentalmente dall'imbrunire all'alba; purtroppo alcune zanzare vettrici di malattie, ma anche altri insetti, possono essere più attivi di giorno.

d. Vestiario

Preferire ovviamente indumenti a maniche lunghe e pantaloni lunghi, possibilmente di colore chiaro.

e. Zampironi, spray di insetticida, erogatori elettrici (come detto sopra)

Sono molto efficaci soprattutto all'interno delle abitazioni. Gli zampironi – soprattutto quelli a base di piretro - possono essere comunque utili anche all'esterno.

REPELLENTI/INSETTICIDI utilizzabili per protezione diretta (cute / indumenti)

IMPORTANTE: LEGGETE SEMPRE LE ISTRUZIONI DI UTILIZZO PRIMA DI ADOPEARLI.

Permetrina: si tratta di un pesticida piuttosto che di un repellente ed è utilizzato per impregnare i vestiti. La permetrina è una piretrina sintetica con attività insetticida e repellente per gli insetti. Il suo impiego sulla pelle è registrato soltanto per il trattamento della scabbia, mentre non lo è il suo uso come repellente. La permetrina è disponibile presso alcuni negozi con il nome di Duranon o Permanone sia in forma liquida sia in forma spray. Una confezione spray da 170 grammi può essere sufficiente per trattare due cambi di indumenti. Prima del viaggio stendere i vestiti che si pensa di indossare in occasione dei momenti di massima esposizione agli insetti li si irrori di insetticida sino ad inumidirli li si rivolta e li si irrori nuovamente quindi li si lascia asciugare. La permetrina così applicata resiste a diversi successivi lavaggi ed i vestiti rimangono impregnati fino a 2-6 settimane. Le zanzariere dovrebbero essere trattate mensilmente per mantenere la loro efficacia.

DEET: DEET è il nome comune della N,N-dietil-m-toluammide. È stato utilizzato come insetto-repellente altamente efficace fin da quando fu sviluppato dall'esercito statunitense, nel 1946.

Il DEET interferisce con i neuroni e i recettori delle zanzare, situati nelle antenne, e con parti dell'apparato boccale che rilevano sostanze chimiche come l'acido lattico e l'anidride carbonica. Il meccanismo d'azione non è ancora completamente chiarito ma, se applicato correttamente, il DEET crea una barriera di vapore sulla superficie della pelle che scoraggia gli insetti dal depositarsi.

Molti prodotti che contengono DEET possono essere utilizzati sui bambini sopra i due anni. Prima dell'utilizzo **leggete comunque sempre le istruzioni** riportate sull'etichetta e, quando applicate il prodotto sui bambini, spruzzatelo prima sulle vostre mani e poi sulla loro pelle.

ICARIDINA: la icaridina è un composto chimico appartenente alla famiglia chimica della piperidina. La icaridina respinge e tiene a distanza gli insetti. Ciò significa che gli insetti si allontanano dalla pelle o dagli indumenti trattati con icaridina e non pungono se trovano pelle o indumenti trattati. Se applicata correttamente, la icaridina crea una barriera di vapore sulla superficie della pelle che scoraggia gli insetti dal depositarsi.

Protegge (parzialmente) anche contro le zecche.

CITRODIOL: la sostanza deriva dall'olio di *Eucalyptus citriodora*, conosciuto anche come *Corymbia citriodora*. Questo albero è originario dell'Australia, ma ora è coltivato in molti luoghi caldi in tutto il mondo. L'olio di *C. citriodora*, una volta raffinato per aumentare il suo contenuto di para-menthane-3,8-diolo (PMD o menthoglycole), per l'uso nei repellenti per insetti, è noto negli Stati Uniti come olio di limone eucalipto (OLE). Il suo odore e la struttura chimica sono simili al mentolo e hanno una sensazione rinfrescante

IR3535: L'IR3535 o etil butilacetilaminopropionato è una sostanza chimica ad azione repellente verso gli insetti e altri artropodi, comprese le zecche. La molecola viene classificata come biopesticida dall'EPA.

Esso offre una protezione sperimentalmente calcolata in 22,9 minuti contro i 301,5 minuti del DEET. Persiste in acqua (lavaggio con acqua) per 80 minuti. È attivo contro zanzare, mosche, flebotomi. Va applicato secondo la scheda tecnica ogni due ore per un massimo di nove volte al giorno. Inoltre, va evitato il contatto con il cuoio, plastica e fibre sintetiche e ancora può danneggiare le superfici verniciate, compreso lo smalto.

Ha una notevole attività irritante se viene in contatto con l'occhio.

.....

Decalogo anti-zanzare

1. Se possibile scegliere di viaggiare durante la stagione secca.
2. Se non si è sicuri di trovare prodotti anti-zanzare (vedi sopra) nel Paese di destinazione, portarne una scorta dall'Italia; informarsi sulla disponibilità di prese elettriche, del tipo e sul voltaggio della corrente.
3. Appena entrati nella stanza spruzzare prodotti insetticidi a base di permetrina, tetrametrina o deltametrina, sotto il letto, gli armadi, negli angoli e nei recessi degli apparecchi sanitari e sulla tenda della doccia. Questa operazione deve essere compiuta di giorno, per poter aerare successivamente la stanza; ricordarsi che diverse specie di zanzara pungono anche di giorno e trasmettono altre malattie (febbre gialla, dengue).
4. Non sostare all'aperto all'imbrunire, ma restare all'interno delle camere o in luoghi riparati da zanzariere.
5. Prima di uscire alla sera, applicare sulle parti scoperte e sugli abiti, prodotti repellenti, seguendo le istruzioni del produttore. Indossare abiti di colore chiaro che coprano il più possibile.
6. Alla sera, al ristorante, specie se si è all'aperto, mettere sotto il tavolo zampironi o candele alla citronella o diffusori elettrici di piretroidi. Se il ristorante ne è sprovvisto, portarlo con sé ogni sera. Controllare periodicamente che sia in funzione.
7. In camera, se la si sopporta, tenere l'aria condizionata in funzione; la diminuzione della temperatura e le correnti d'aria riducono notevolmente l'attività delle zanzare; il ventilatore è quasi altrettanto efficace.
8. Si possono utilizzare, in alternativa all'aria condizionata, diffusori di prodotti insetticidi a corrente (piastrine, liquidi). Ricordarsi che le prese ed i voltaggi possono essere differenti da quelli usati in Italia e accertarsi che la corrente non venga sospesa durante la notte. L'inalazione di questi prodotti potrebbe – sia pur raramente - causare disturbi: le finestre della stanza dovrebbero essere tenute aperte e in questo caso dovrebbero essere schermate da zanzariere.
9. Tenere sempre chiuse borse, valige, cassetti, porte degli armadi (sono nascondigli delle zanzare); non lasciate mai aperta la porta della camera; chiudete con giornali o nastro adesivo ogni eventuale fessura su porte, finestre, reticelle (specie nel bagno).
10. Se disponibile, usare zanzariere attorno al letto; controllare che non ci siano zanzare tra il materasso e la zanzariera; cospargere la zanzariera con prodotti repellenti a base di tetrametrina (in alcuni Paesi sono disponibili polveri insetticide da sciogliere nell'acqua con cui impregnare le zanzariere). Controllare che non ci siano fessure o lacerazioni, anche piccolissime, nella rete della zanzariera. Controllare infine che i bordi della zanzariera siano messi bene sotto al materasso.