

*Passaporti, biglietti, soldi?*  
**SEI DAVVERO PRONTO A PARTIRE?**



*Viaggia protetto!*

**EPATITE A  
FEBBRE GIALLA  
FEBBRE TIFOIDE  
POLIOMIELITE  
TETANO**

## La salute in viaggio

Una guida pratica con utili informazioni sanitarie  
per chi viaggia

	Epatite A	3
	Febbre gialla	6
	Febbre tifoide	9
	Poliomielite	12
	Tetano	15
	Riferimenti	18

INFORMAZIONI SULL'EPATITE A  
PER CHI VIAGGIA ALL'ESTERO



## Che cos'è l'Epatite A?

**L'epatite A è un'infezione virale che colpisce il fegato. Talvolta può essere grave.**

### QUALI SONO I SINTOMI?

I sintomi dell'epatite A possono insorgere da due a sei settimane dopo aver contratto il virus.

**Il primo segno di infezione è il manifestarsi di una condizione simil-influenzale. I sintomi possono quindi progredire e causare:**

- Febbre
- Perdita di appetito
- Nausea e vomito
- Dolori allo stomaco
- Perdita di peso
- Feci chiare e urine scure
- Ingiallimento della pelle e degli occhi (ittero)
- Occasionale eruzione cutanea e dolore articolare

La gravità dei sintomi dell'epatite A varia e può essere molto più spiccata negli anziani.

### COME SI DIFFONDE?

Il virus dell'epatite A si trova nelle feci delle persone infette. Solitamente, l'epatite A si diffonde attraverso il consumo di cibo o bevande contaminati o tramite le maniglie delle porte dei servizi igienici. Il virus viene generalmente assorbito per via orale, ma è possibile contrarlo anche tramite contatto con una persona infetta (anche se non presenta sintomi).

L'epatite A è spesso associata a regioni in cui non è garantita una buona igiene. Tuttavia, i viaggiatori possono contrarre l'infezione anche durante brevi soggiorni, in qualsiasi tipo di alloggio. Il cibo può contaminarsi durante la preparazione, anche in strutture all-inclusive e hotel stellati.

## QUAL È IL RISCHIO DI CONTRARRE

### L'EPATITE A?

Come per molte malattie legate ai viaggi, il rischio di contrarre l'epatite A dipende da:

- Regione verso la quale si viaggia
- Condizioni igieniche
- Attività intraprese nel luogo di destinazione

## QUALI REGIONI SONO A RISCHIO

### DI EPATITE A?

Le regioni più a rischio sono **Africa** (tra cui Marocco, Tunisia, Egitto, Libia e Algeria), **America Latina** e **Asia** (soprattutto l'India).



## COME POSSO PROTEGGERMI

### DALL'EPATITE A?

**Una buona igiene quando abbiamo a che fare con cibo e acqua.**

L'epatite A non è l'unica malattia che si trasmette tramite l'acqua e il cibo. I seguenti passaggi possono quindi aiutare a proteggersi da numerose malattie correlate ai viaggi:

- Lavarsi le mani correttamente dopo aver utilizzato il bagno e prima di ogni pasto
- Bere solo acqua imbottigliata, bollita o purificata
- Evitare cibo crudo
- Evitare gelato, cubetti di ghiaccio e cibo che è entrato in contatto con il ghiaccio
- Mangiare solo frutta che è possibile sbucciare
- Assicurarsi che il cibo caldo e ben cotto sia preparato con prodotti freschi e consumato immediatamente
- Evitare prodotti caseari non pastorizzati

## L'EPATITE A PUÒ ESSERE TRATTATA?

Non esiste un trattamento specifico per le persone con infezione da epatite A. La guarigione di solito richiede un mese nei giovani sani. Circa il 2% dei soggetti infetti di età superiore a 50 anni muore di epatite A.

## VACCINAZIONE

**Sono disponibili vaccini per adulti e bambini** di età pari e superiore a un anno.

- Una dose di vaccino contro l'epatite A offre protezione a breve termine per un singolo viaggio
- Per una protezione a lungo termine, è necessario ricevere due dosi a distanza di sei-dodici mesi l'una dall'altra, a seconda del vaccino utilizzato

## PRIMA DELLA PARTENZA

Rivolgersi al medico di famiglia o fissare un appuntamento in un centro di vaccinazione presso l'Azienda sanitaria locale per valutare il rischio di contrarre l'epatite A e controllare il proprio stato vaccinale (difterite, tetano, poliomielite, ecc.).

Per ulteriori informazioni prima di partire, visitare la pagina dedicata del sito Web ufficiale del Ministero della Salute:

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Riferimenti disponibili a pagina 18.



## Che cos'è la Febbre Gialla?

La febbre gialla è un'infezione virale molto grave e potenzialmente fatale, che si trasmette attraverso la puntura di alcune zanzare attive principalmente durante il giorno.

### QUALI SONO I SINTOMI?

I sintomi della febbre gialla possono manifestarsi da tre a sei giorni dopo la puntura di una zanzara infetta.

#### In una prima fase, compaiono sintomi simil-influenzali:

- Mal di testa
- Dolore muscolare (principalmente alla schiena)
- Febbre
- Perdita di appetito
- Nausea
- Vomito
- Ittero (ingiallimento della pelle e degli occhi) che può intensificarsi

La maggior parte dei pazienti inizia a sentirsi meglio o guarisce completamente in tre-quattro giorni. Tuttavia, nel 15-25% delle persone, la malattia si evolve fino a raggiungere una fase successiva più grave.

#### I sintomi di questa fase successiva includono:

- Febbre
- Ittero più grave
- Sangue nel vomito
- Sanguinamento delle orecchie, degli occhi o della bocca
- Insufficienza renale
- Insufficienza epatica

Quasi il 50% dei pazienti che vanno incontro a questa fase successiva muore entro dieci-quattordici giorni.

### COME SI DIFFONDE?

La febbre gialla non può essere contratta se si viene a contatto con persone infette, ma può essere contratta solo attraverso zanzare infette. Queste zanzare possono essere infettate dal virus della febbre gialla dalla nascita o dopo aver punto altri esseri umani già infetti. A differenza di molti tipi di zanzare attive tra il tramonto e l'alba, le zanzare della febbre gialla si nutrono durante il giorno, soprattutto durante le ore più fredde, come ad esempio subito dopo l'alba o prima del tramonto.

### QUAL È IL RISCHIO DI CONTRARRE

#### LA FEBBRE GIALLA?

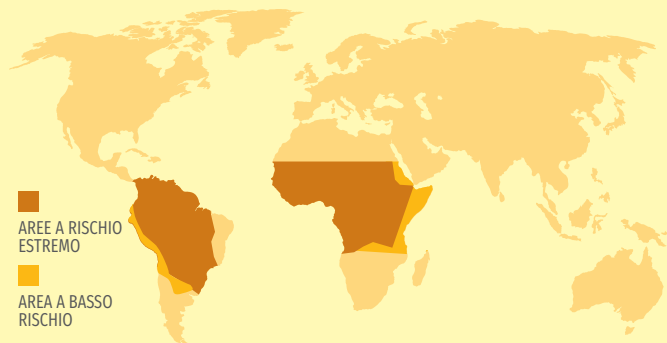
Come per altre malattie legate ai viaggi, il rischio di contrarre la febbre gialla dipende da:

- Regione verso la quale si viaggia
- Durata del viaggio
- Attività intraprese nel luogo di destinazione

### QUALI REGIONI SONO A RISCHIO

#### DI FEBBRE GIALLA?

Le regioni più a rischio sono le aree tropicali in **Africa** e **Sud America**. Anche alcune parti dell'**America Centrale** e dei **Caraibi**, come **Panama** e **Trinidad**, presentano un rischio maggiore. Alcuni Paesi richiedono la prova della vaccinazione (certificato) prima di autorizzare l'ingresso dei viaggiatori.



### COME POSSO PROTEGGERMI

#### DALLA FEBBRE GIALLA?

**Evitando le punture di zanzara.**

Se si viaggia in una regione interessata dalla febbre gialla, è importante fare del proprio meglio per evitare di farsi pungere:

- Evitare aree che presentano una concentrazione particolarmente alta di zanzare, come paludi, giungle e foreste
- Indossare indumenti larghi (le zanzare sono in grado di pungere attraverso gli abiti stretti, persino i jeans!) e coprire la pelle il più possibile
- Utilizzare un prodotto che allontana gli insetti. Sono disponibili molti repellenti diversi

## LA FEBBRE GIALLA PUÒ ESSERE TRATTATA?

Non esiste alcun trattamento specifico per le persone con infezione da febbre gialla. Tuttavia, i sintomi possono essere alleviati con trattamenti diversi che vanno dall'assunzione di analgesici alle trasfusioni di sangue.

## VACCINAZIONE

La vaccinazione è considerata il modo più efficace per prevenire la febbre gialla. È obbligatorio che il vaccino contro la febbre gialla sia somministrato e registrato su un certificato presso un centro di vaccinazione internazionale approvato.

- Seguendo le raccomandazioni rilasciate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel luglio 2016, è stato stabilito che una dose di vaccino contro la febbre gialla fornisce una protezione a vita
- Per alcuni gruppi a rischio è consigliata una dose di richiamo. Chiedere consiglio a un centro di vaccinazione riconosciuto per valutare il proprio rischio di contrarre la febbre gialla

## PRIMA DELLA PARTENZA

Rivolgersi al medico di famiglia o fissare un appuntamento in un centro di vaccinazione presso l'Azienda sanitaria locale per valutare il rischio di contrarre la febbre gialla e controllare il proprio stato vaccinale (difterite, tetano, poliomielite, ecc.).

Per ulteriori informazioni prima di partire, visitare la pagina dedicata del sito web ufficiale del Ministero della Salute:

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Riferimenti disponibili a pagina 18.

INFORMAZIONI SULLA **FEBBRE TIFOIDE**  
PER CHI VIAGGIA ALL'ESTERO



## Che cos'è la Febbre Tifoide?

La febbre tifoide è una malattia contagiosa causata da alcuni batteri del gruppo *Salmonella typhi* presenti nel cibo o nelle bevande contaminati.

## QUALI SONO I SINTOMI?

I sintomi della febbre tifoide possono insorgere da una a tre settimane dopo aver consumato cibo o acqua contaminati.

**I primi sintomi della febbre tifoide possono includere:**

- Febbre
- Dolore addominale
- Leggero mal di testa
- Vomito
- Diarrea o stitichezza

**Con il progredire della febbre tifoide, questi sintomi possono peggiorare e potrebbero manifestarsi altri sintomi, tra cui:**

- Spossatezza
- Perdita di appetito
- Bassa frequenza cardiaca
- Respirazione accelerata
- Confusione
- Gonfiore addominale

Se la febbre tifoide non viene trattata, una persona su dieci può sviluppare gravi complicanze dalla terza settimana, in particolare emorragia interna o perforazione intestinale. Le complicanze derivanti dalla febbre tifoide non trattata possono portare alla morte nel 10%-20% dei casi.

## COME SI DIFFONDE?

La febbre tifoide si contrae generalmente attraverso il consumo di cibo o acqua infettati dai batteri *Salmonella typhi*. Questi batteri vengono trasportati attraverso le feci di persone infette. Cibo e be-

vande possono quindi essere contaminati se manipolati da una persona con febbre tifoide e l'acqua potabile può essere contaminata in seguito a contatto con le acque reflue. L'infezione è quindi più comune nelle regioni in cui le condizioni igieniche non sono garantite.

## QUAL È IL RISCHIO DI CONTRARRE

### LA FEBBRE TIFOIDE?

Come per molte malattie legate ai viaggi, il rischio di contrarre la febbre tifoide dipende da:

- Regione verso la quale si viaggia
- Durata del viaggio
- Attività intraprese nel luogo di destinazione
- Condizioni igieniche

I soggetti particolarmente a rischio sono quelli che fanno viaggi con lo zaino in spalla in condizioni igieniche limitate e, in particolare, quando il viaggio dura più di un mese.

## QUALI REGIONI SONO A RISCHIO

### DI FEBBRE TIFOIDE?

L'**Asia** è la regione più a rischio, più precisamente **India, Pakistan e Bangladesh**. Altre regioni a rischio includono **Nord Africa e Senegal**. Il rischio è anche maggiore in alcuni Paesi dell'**America Latina (Cile, Perù e Messico)**.



■ AREE ENDEMICHE O IPERENDEMICHE ■ AREE ENDEMO-EPIDEMICHE

## COME POSSO PROTEGGERMI

### DALLA FEBBRE TIFOIDE?

**Una buona igiene quando abbiamo a che fare con cibo e acqua.**

La febbre tifoide non è l'unica malattia che si trasmette tramite

acqua e cibo. I seguenti passaggi possono quindi aiutare a proteggersi da diverse malattie legate ai viaggi:

- Lavarsi bene le mani prima di mangiare
- Bere solo acqua imbottigliata, bollita o purificata
- Evitare gelato, cubetti di ghiaccio e cibo che è entrato in contatto con il ghiaccio
- Evitare cibo crudo
- Mangiare solo frutta che è possibile sbucciare
- Assicurarsi che il cibo caldo e ben cotto sia preparato con prodotti freschi e consumato immediatamente
- Evitare prodotti caseari non pastorizzati

## LA FEBBRE TIFOIDE PUÒ ESSERE TRATTATA?

La febbre tifoide può essere trattata con antibiotici da somministrare nell'arco di sette-quattordici giorni. Tuttavia, la guarigione completa può richiedere diverse settimane. Questo periodo di guarigione può variare a seconda della rapidità con cui la malattia è stata diagnosticata e trattata.

## VACCINAZIONE

**Esistono due vaccini disponibili in commercio:**

- Vaccino vivo attenuato somministrato per via orale in tre dosi a giorni alterni indicato a partire dai 5 anni di età
- Vaccino polisaccaridico capsulare (antigene Vi) somministrato per via intramuscolare in un'unica dose indicato a partire dai 2 anni di età.

## PRIMA DELLA PARTENZA

Rivolgersi al medico di famiglia o fissare un appuntamento in un centro di vaccinazione presso l'Azienda sanitaria locale per valutare il rischio di contrarre la febbre tifoide e controllare il proprio stato vaccinale.

Per ulteriori informazioni prima di partire, visitare la pagina dedicata del sito web ufficiale del Ministero della Salute:

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Riferimenti disponibili a pagina 18.



## Che cos'è la Poliomielite?

La poliomielite, o polio, è una malattia altamente infettiva che può causare paralisi grave o irreversibile (uso di stampelle o incapacità di camminare) e morte.

### QUALI SONO I SINTOMI?

Gli individui non mostrano spesso segni clinici di infezione (la malattia è spesso asintomatica).

- Febbre
- Mal di testa
- Collo rigido
- Fatica
- Vomito
- Dolore articolare

Con l'avanzare della polio, i sintomi possono peggiorare fino a raggiungere uno stato di paralisi (1 persona su 200 che contrae la polio rimane permanentemente paralizzata).

### COME SI DIFFONDE?

La polio è altamente contagiosa. Si diffonde attraverso l'ingestione di particelle di feci infette (come risultato di cattive pratiche igieniche) e, meno spesso, attraverso cibo e acqua contaminati. Può anche essere diffuso attraverso particelle di saliva infette da persone malate o portatori sani.

### QUAL È IL RISCHIO DI CONTRARRE

#### LA POLIOMIELITE?

Il rischio di contrarre la polio è aumentato dal fatto che una persona infetta ha meno probabilità di sviluppare sintomi chiari e visibili. Questo può causare la catena di infezione a diffondersi rapidamente, soprattutto in assenza di servizi igienico-sanitari adeguati.

### QUALI REGIONI SONO A RISCHIO

#### POLIOMIELITE?

Le regioni più a rischio sono l'**Afghanistan** e il **Pakistan**, dove la polio rappresenta un'emergenza sanitaria.



AREE ENDEMICHE

### COME POSSO PROTEGGERMI

#### DALLA POLIOMIELITE?

**Buona igiene quando si tratta di cibo e acqua.**

Quando si viaggia in aree endemiche per la polio e altre malattie trasmesse dall'acqua e dal cibo, insieme alle vaccinazioni, alcune buone norme igieniche possono aiutare nel proteggersi:

- Lavarsi le mani correttamente dopo aver utilizzato il bagno e prima di ogni pasto
- Bere solo acqua imbottigliata, bollita o purificata
- Evitare cibo crudo
- Evitare gelato, cubetti di ghiaccio e cibo che è entrato in contatto con il ghiaccio
- Mangiare solo frutta che è possibile sbucciare
- Assicurarsi che il cibo caldo e ben cotto sia preparato con prodotti freschi e consumato immediatamente
- Evitare prodotti caseari non pastorizzati

### LA POLIOMIELITE PUÒ ESSERE TRATTATA?

Non esiste una cura per la polio. Possono essere forniti solo trattamenti sintomatici, che possono solo parzialmente ridurre al minimo gli effetti della malattia.

## VACCINAZIONE

La vaccinazione antipolio è di solito disponibile in combinazione con tetano, difterite, e pertosse. Il Ministero della Salute raccomanda la vaccinazione contro la polio di tutti i neonati, con un programma di tre dosi, seguito da richiamo prescolare e adolescenziali, per un totale di cinque dosi nel corso della vita di una persona.

## PRIMA DELLA PARTENZA

Parlate con il vostro medico di famiglia o fissate un appuntamento presso un centro di vaccinazione dell'Unità Sanitaria Locale per valutare il rischio di contrarre la poliomielite e per verificare lo stato di vaccinazione.

Per ulteriori informazioni prima di partire, visitare la pagina dedicata del sito web ufficiale del Ministero della Salute:

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Riferimenti disponibili a pagina 18.

INFORMAZIONI SUL **TETANO**  
PER CHI VIAGGIA ALL'ESTERO



## Che cos'è il Tetano?

**Il tetano è una malattia causata dal batterio *Clostridium tetani*, che causa paralisi spastica dei muscoli. Nei casi più gravi, dove sono coinvolti i muscoli respiratori, può portare alla morte.**

### QUALI SONO I SINTOMI?

I sintomi del tetano possono verificarsi da 3 a 21 giorni dopo averlo contratto, con una media di 14 giorni. Più breve è l'incubazione, maggiore è la gravità della malattia. Le contrazioni muscolari causate dalla malattia normalmente iniziano nella testa e generalmente si diffondono in altre parti del corpo, come il tronco e gli arti.

#### **I sintomi più comuni includono:**

- Crampi alla mascella
- Rigidità muscolare su tutto il corpo
- Difficoltà di deglutizione
- Spasmi muscolari e contrazioni (schiena, addome e arti)
- Febbre e sudorazione
- Cambiamenti nella pressione sanguigna e nella frequenza cardiaca

#### **Con l'avanzare del tetano, i sintomi possono peggiorare e altri sintomi possono aggiungersi, tra cui:**

- Difficoltà respiratorie
- Fratture
- Infezioni secondarie
- Polmonite
- Morte

### COME SI DIFFONDE?

Il tetano è infettivo ma non contagioso. Il batterio vive normalmente nell'intestino di animali come bovini, cavalli, pecore e quello degli esseri umani, da cui viene espulso nelle feci. Le spore



batteriche possono sopravvivere per anni nell'ambiente, spesso contaminando polvere e suolo.

La malattia si sviluppa quando il suolo infetto, le feci o gli strumenti arrugginiti entrano in contatto con o causano tagli aperti o ferite.

## QUAL È IL RISCHIO DI CONTRARRE IL TETANO?

Come per molte malattie legate al viaggio, il rischio di contrarre il tetano dipende dalle attività a cui si prende parte.

Le persone particolarmente a rischio sono quelle che praticano attività ed escursioni all'aria aperta.

## QUALI REGIONI SONO A RISCHIO DI TETANO?

Il tetano è una malattia diffusa in tutto il mondo perché può essere presente nell'ambiente.



## IL TETANO PUÒ ESSERE TRATTATO?

Il trattamento del tetano richiede il ricovero in ospedale e comporta la somministrazione di antimicrobici, come la penicillina G e il metronidazolo, nonché azioni volte ad alleviare gli spasmi muscolari.

Il recupero completo può richiedere mesi. In assenza di un'adeguata terapia, la mortalità raggiunge il 50% nelle forme più gravi a causa di insufficienza respiratoria o arresto cardiaco.

## VACCINAZIONE

La vaccinazione contro il tetano, che è raccomandata dal Ministero della Salute, comporta una vaccinazione primaria di tutti i neonati,

seguita da diversi richiami nel corso della vita di una persona. I richiami consigliati sono:

- Bambini in età prescolare o infantile all'età di 6 anni
- Adolescenti dai 12 ai 18 anni
- Adulti ogni 10 anni (a partire dai 19 anni)

## PRIMA DELLA PARTENZA

Parlate con il vostro medico di famiglia o fissate un appuntamento presso un centro di vaccinazione dell'Unità Sanitaria Locale per valutare il rischio di contrarre il tetano e per verificare lo stato di vaccinazione.

---

Per ulteriori informazioni prima di partire, visitare la pagina dedicata del sito web ufficiale del Ministero della Salute:

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

---

Riferimenti disponibili a pagina 18.

# Riferimenti

## Epatite A

- <https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=645&area=vaccinazioni&menu=fasce>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.vaccinarsi.org/scienza-conoscenza/malattie-prevenibili/epatite-a>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.epicentro.iss.it/epatite/epatite-a>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
- 

## Febbre gialla

- <https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=645&area=vaccinazioni&menu=fasce>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.vaccinarsi.org/scienza-conoscenza/malattie-prevenibili/febbre-gialla>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.cdc.gov/yellowfever/vaccine/vaccine-recommendations.html>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
- 

## Febbre tifoide

- <https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=645&area=vaccinazioni&menu=fasce>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/typhoid>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
- 

## Poliomielite

- <https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=645&area=vaccinazioni&menu=fasce>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
- 

## Tetano

- <https://www.salute.gov.it/portale/vaccinazioni/dettaglioContenutiVaccinazioni.jsp?lingua=italiano&id=645&area=vaccinazioni&menu=fasce>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
  - <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tetanus>  
(ultimo accesso: ottobre 2021)
-

Questo opuscolo è stato prodotto da:

**SANOVI PASTEUR** 

MAT-IT-2101352

Approvato da parte del Ministero della Salute in data 30/11/2021

cod. 60523766