



Roma, 28 ottobre 2015 – L'Osservatorio della campagna “L'influenza che verrà #previenila”, promossa da Moige – Movimento Italiano Genitori Onlus, AMIOT – Associazione Medica Italiana di Omotossicologia e SIPPS – Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale, dirama i dati sulle previsioni del virus influenzale.



### **La situazione in Italia**

In Italia la nuova influenza è già arrivata. Il primo virus, di tipo A/H3, è stato isolato al Policlinico Sant'Orsola di Bologna il 9 ottobre scorso. Si tratta del primo caso documentato nel nostro Paese e di uno dei primi in Europa. Il microrganismo è stato isolato in una donna anziana ricoverata. L'epidemia comincia così, con casi sporadici, per poi fare il suo normale corso quando le temperature fredde si stabilizzano. Il virus isolato corrisponde ad uno dei ceppi contenuti nel vaccino antinfluenzale: la notizia è positiva poiché fa supporre che il vaccino possa avere una buona validità. Tuttavia, in questi giorni caratterizzati da sbalzi di temperatura, si osserva la diffusione anche di virus respiratori “cugini” che sono favoriti dal clima ballerino. La stagione influenzale vera e propria è attesa per dicembre.

### **Le previsioni**

In attesa dei dati della rete Influnet, è possibile confermare le previsioni di inizio periodo che prevedono una stagione di media intensità (4 – 5 milioni di casi) con esordio dell'epidemia dopo Natale. In queste settimane non bisogna comunque abbassare la guardia poiché circolano anche molti virus simil-influenzali facilitati dagli ampi sbalzi termici tipici di questa stagione.



### **Le 7 regole per prevenire l'influenza**

Scopriamo insieme sette regole fondamentali per prevenire i fastidiosi sintomi dell'influenza:

1. Detergere le mani, spesso e accuratamente, con acqua e sapone.
2. Riparare la bocca e il naso quando si tossisce o si starnutisce. Subito dopo lavarsi le mani.
3. Non toccare occhi, naso e bocca: sono facili vie di accesso per i virus.
4. Evitare il fumo, sia attivo che passivo (soprattutto in presenza di bambini).
5. Seguire sempre uno stile alimentare sano che preveda cibi ricchi di vitamina C, come kiwi, ananas, broccoli e, certamente, arance. E' importante bere molto e spesso.
6. Rimanere a casa quando si manifestano i primi sintomi dell'influenza ed evitare i luoghi affollati quando i casi di malattia sono molto numerosi.
7. Vaccinarsi. Il medico di base – e il pediatra per i propri figli – è la persona più indicata a cui rivolgersi.

### **La campagna**

Dal mese di ottobre 2015 è operativo l'Osservatorio dell'influenza guidato dal virologo Fabrizio Ernesto Pregliasco, ricercatore presso l'Università degli Studi di Milano e direttore sanitario dell'Istituto Galeazzi di Milano. L'Osservatorio segue il monitoraggio dei picchi influenzali durante l'inverno e comunica i dati tramite il sito [www.previenila.it](http://www.previenila.it). Attivo anche il numero verde 800.38.50.14 per chiedere informazioni, suggerimenti e indicazioni ai medici dell'AMIOT – Associazione Medica Italiana di Omotossicologia. Da ottobre è stata effettuata inoltre la distribuzione del materiale informativo dell'iniziativa (locandina, vetrofania e dépliant) nelle farmacie e presso gli studi medici aderenti.

*fonte: ufficio stampa*