

COME DIFENDERSI DALLA SALMONELLA: ECCO IL VADEMECUM DELLA ASL

17 Giugno 2014

L'AQUILA - "La salmonella non è da ritenersi pericolosa ed è impegnativa soltanto sui soggetti fragili come bambini, anziani e malati cronici. L'importante è seguire buone regole, in particolare nell'igiene personale e in cucina, quelle vengono spiegate in un vademecum che abbiamo messo a punto".

Così Giuseppe Matricardi, direttore del dipartimento di prevenzione della Asl Avezzano-Sulmona-L'Aquila, che torna sull'allarme salmonella all'indomani della nota della Asl, recepita dalle ordinanze di del Comuni dell'Aquila, Montereale, Fossa, Scoppito, Cagnano Amiterno, Pizzoli, Villa Sant'Angelo, Fagnano Alto, San Demetrio nei Vestini e Barisciano, e che vieta per i prossimi quattro mesi di utilizzare acqua superficiale per annaffiare orti e abbeverare animali.

"Il fenomeno umano - rassicura Matricardi - è di lieve entità, i casi di persone che hanno contratto salmonellosi sono poche e da due settimane non se ne registrano di nuove. E non è stato confermato come fenomeno vetrinario. Le misrure che stiamo stiamo prendendo sono soltanto di precauzione, e di buona qualità ambientale,".

In attesa che l'allarme rientri, a seguire il il vademecum della Asl che *Abruzzoweb* pubblica in anteprima.

LA SALMONELLA: COME DIFENDERSI

La Salmonella è un batterio (un microrganismo invisibile ad occhio nudo) che può essere causa di eventi morbosi nell'uomo e negli animali.

Le specie e ceppi di salmonella di più frequente riscontro normalmente sono responsabili di forme cliniche a sintomatologia prevalentemente gastroenterica (vomito e diarrea).

La sintomatologia infettiva di norma decorre in modo lieve, e non richiede particolare attenzione da parte del medico e si autoestingue rapidamente; in qualche caso però la sintomatologia è un po' più impegnativa soprattutto in soggetti fragili (bambini ed anziani).

Anche in questi casi che richiedono attenzione, la consulenza del medico e una terapia appropriata conducono alla rapida risoluzione della sintomatologia.

La salmonellosi è comunque una malattia soggetta a notifica da parte del medico al sistema di sorveglianza epidemiologica costituito dalla rete locale, regionale e nazionale di igiene e sanità pubblica.

In Provincia dell'Aquila è stato registrato un aumento delle notifiche di casi umani, con attivazione della rete di igiene pubblica e di sorveglianza.

E' opportuna anche una informativa generale alla popolazione allo scopo di innalzare il livello di attenzione e di consapevolezza con assunzione di comportamenti virtuosi funzionali a favorire la rapida estinzione del fenomeno collettivo

DOVE SI TROVA?

L'infezione si trasmette attraverso l'ingestione di cibi o bevande contaminate o per contatto, attraverso la manipolazione di oggetti o piccoli animali in cui siano presenti le salmonelle. I principali veicoli di trasmissione della salmonella sono rappresentati da:

- acqua contaminata
- alimenti
- uova crude (o poco cotte) e derivati a base di uova
- latte crudo e derivati del latte crudo (compreso il latte in polvere)

- carne e derivati (specialmente se poco cotti)
- salse e condimenti per insalate
- preparati per dolci, creme
- frutta e verdura (angurie, pomodori, germogli di semi, meloni, insalata), contaminata durante il taglio o irrigata con acqua contaminata)
- piccoli animali domestici

LE BUONE PRASSI IGIENICHE

L'applicazione di alcune regole basilari (corrette prassi igieniche), sia in ambito domestico che nelle produzioni animali e vegetali ad uso privato, può notevolmente diminuire il rischio di infezione da parte di questo patogeno.

Le mani di chi manipola gli alimenti sono la principale fonte di contaminazione. Soprattutto dopo essere andati in bagno, o essere entrati in contatto con animali domestici, la pulizia delle mani diventa fondamentale per diminuire il rischio di contagio.

Si ricorda che è possibile il riscontro di portatori sani di Salmonella, status per cui una persona, pur non avendo sintomi, può eliminare con le feci il batterio; anche durante la convalescenza da salmonellosi continua la eliminazione del batterio con le feci

La procedura per una corretta pulizia delle mani include le seguenti fasi:

- 1 - bagnare le mani
- 2 - insaponare bene le mani, meglio se con un detergente liquido antibatterico. Non tralasciare gli spazi interdigitali ed i punti sotto le unghie
- 3 - risciacquare abbondantemente
- 4 - asciugare le mani con fazzoletti di carta monouso o asciugamani

IN CUCINA

- Impiegare alimenti ed acqua di provenienza sicura
- Tenere ben separati gli alimenti crudi da quelli cotti, sia in frigorifero che durante le preparazioni (ad esempio non impiegare gli stessi coltelli, piatti o taglieri).
- Sanificare piani di lavoro, stoviglie e altri utensili da cucina
- Sottoporre a cottura i prodotti a rischio (carne rossa, pollame, uova e pesce) facendo in modo che temperature superiori a 70°C per alcuni minuti giungano anche nel cuore dell'alimento
- Conservare gli alimenti secondo le indicazioni e temperature riportate in etichetta.
- Attenzione al corretto smaltimento dei rifiuti di cucina (idealmente contenitori a chiusura ermetica, meglio se posti fuori dalla cucina)
- Lavare frutta e ortaggi, soprattutto se consumati crudi

Come lavare frutta e ortaggi?

- Lavare a fondo con acqua potabile
- Il bicarbonato può essere usato come detergente
- L'impiego di soluzioni di ipoclorito di sodio ad uso alimentare può contribuire alla disinfezione della frutta e verdura

NELL'ORTO

La coltivazione in proprio di frutta ed ortaggi dà molte soddisfazioni. Con alcuni semplici accorgimenti è possibile diminuire notevolmente i rischi di malattie trasmissibili con gli alimenti.

- Impiegare acqua autorizzata per usi irrigui (non contaminata)
- Preferire innaffiamenti a terra piuttosto che a pioggia
- Se si impiegano deiezioni animali quali fertilizzante, attendere lo svolgersi dei naturali processi di maturazione in letame che diminuiscono notevolmente la carica di batteri patogeni
- Prestare cura ai contenitori di trasporto dei prodotti ortofrutticoli (in particolare l'acqua con cui si lavano)

E GLI ANIMALI?

Anche in questo caso, la semplice applicazione della basilare norma igienica della pulizia delle mani dopo aver toccato e accarezzato il proprio animale da affezione (cani, gatti, tartarughe, ma anche animali d'allevamento quali suini, polli e bovini) riduce di molto il rischio di trasmissione della malattia dagli animali all'uomo.

E' anche importante che gli animali si abbeverino con acqua pulita e non contaminata!

QUANDO ANDARE DAL MEDICO?

La sintomatologia gastroenterica si estingue rapidamente in 1-2 giorni, ma in soggetti fragili (anziani e bambini), ovvero quando la sintomatologia persiste occorre consultare il Medico di Base o Pediatra.

Una approfondita anamnesi e l'accurata indagine epidemiologica; la diagnosi certa (verificata mediante coltura delle feci raccolte entro 3 giorni dall'insorgenza dei sintomi), la terapia appropriata, risultano tutte buone prassi non solo per la cura della persona stessa, ma anche per limitare le possibilità di ulteriore trasmissione oltreché comprendere l'origine del singolo caso.

Sintomi gastroenterici da salmonellosi

Diarrea
Febbre
Crampi addominali
Vomito

Durata: 2-7 giorni

Il periodo di incubazione medio è di 6-48 ore; tuttavia ci sono casi in cui la malattia si è manifestata dopo 10 giorni.