

CITROLEDUM®

Sereni all'aria aperta

LOZIONI PROTETTIVE E PENNE DOPO PUNTURA

INSIEME PER
IL TUO BENESSERE



NAMED®
NATURAL MEDICINE



 **SPECCHIASOL®**

Un tema sempre più attuale

Riscaldamento globale, urbanizzazioni e scambi sempre più fitti di persone e merci fra i vari paesi stanno favorendo nuovi habitat naturali per la trasmissione di varie specie di insetti fra cui, soprattutto, le zanzare.

Protegersi è un obiettivo di salute

Anche le zanzare presenti nelle nostre zone possono essere portatrici di malattie. La zanzara comune (*Culex Pipiens*), per esempio, nel 2018 ha provocato in Italia quasi 600 casi di West Nile virus, mentre la temuta zanzara tigre (*Aedes albopictus*) può essere vettore di malattie virali come la febbre Dengue, Zika e Chikungunya. In zone particolarmente frequentate per turismo, esistono altre zanzare pericolose come la *Aedes aegypti*, vettore della Febbre gialla, e la zanzara *Anopheles*, portatrice del parassita che causa la Malaria.

Diventano quindi prioritarie pratiche come l'uso di repellenti, vestiti adeguati e protettivi, zanzariere e tende. Per ridurre il rischio di epidemie, il mezzo più efficace rimane la lotta sistematica e continuativa alla zanzara che funge da vettore di queste malattie. In Italia è attivo un piano nazionale di sorveglianza dei casi di malattia da virus Chikungunya, Dengue e Zika, promosso dal Ministero della Salute. (https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2947_allegato.pdf).

LO SAPEVI CHE...

La zanzara rappresenta il gruppo di insetti di maggior interesse sanitario. Esistono circa 3.550 specie di zanzare al mondo; in Italia ne sono state identificate 64. La maggior parte delle specie vive in aree tropicali e subtropicali; ciò nonostante, il cambio climatico e gli inverni sempre più miti stanno spostando sia il loro habitat verso zone temperate che il loro periodo di attività allungato. A pungere sono le zanzare femmine. Ogni femmina può deporre fino a 400 uova. Solo una decina di specie sono vettori di malattie.



Principali malattie trasmissibili dal vettore zanzara

MALATTIA	VETTORE	AGENTE PATOGENO	AREA DI DISTRIBUZIONE
Virus del Nilo Occidentale (West Nile)	Culex Pipiens (zanzara comune)	Virus della famiglia dei Flaviviridae.	Africa Asia occidentale Europa Australia America
Chikungunya	Aedes aegypti Aedes albopictus (zanzara tigre)	Virus della famiglia delle Togaviridae (Alphavirus).	Africa Asia Centro Meridionale Sud-Est Asiatico
Febbre Gialla	Aedes aegypti	Virus della famiglia delle Flaviviridae	Africa Sud America
Febbre Dengue	Aedes aegypti Aedes albopictus (zanzara tigre)	Virus della famiglia delle Flaviviridae.	Africa Sud Est Asiatico Cina India Medio Oriente America Latina e Centrale Australia Isole del Pacifico
Zika virus	Aedes albopictus (zanzara tigre) Aedes aegypti	Virus della famiglia delle Flaviviridae.	Africa Asia Isole del Pacifico America Centrale e Meridionale
Malaria	Anopheles	Protozoi parassiti appartenenti al genere Plasmodium.	Africa Asia Centrale Sud-Est Asiatico America Latina Pacifico Occidentale Bacino dell'Amazzonia

SINTOMI

Molto spesso asintomatica; febbre, mal di testa, nausea, vomito, linfonodi ingrossati, sfoghi cutanei, arrossamento degli occhi e dolori muscolari. Possibili complicanze cliniche. *

Febbre alta improvvisa, dolori articolari, dolore muscolare, mal di testa, affaticamento e rash cutaneo. Possibili complicanze cliniche. *

Febbre, dolori muscolari, soprattutto alla schiena, mal di testa, perdita di appetito e nausea o vomito, ingiallimento della pelle e degli occhi (ittero). Possibili complicanze cliniche. *

Febbre, cefalea, dolori attorno e dietro agli occhi, dolori articolari, nausea, vomito o eruzione cutanea, emorragie. Possibili complicanze cliniche. *

Febbre, eruzione cutanea, dolori articolari e muscolari, congiuntivite. Possibili complicanze cliniche, soprattutto in gravidanza. *

Nausea, cefalea, diarrea, affaticamento, dolori articolari e muscolari, pelle gialla, insufficienza renale, convulsioni, confusione, febbre alta e brividi. Molto frequenti complicanze cliniche. *

* Se si sospetta di avere contratto una malattia trasmessa da vettore (MTV), contattare immediatamente il proprio medico o la struttura ospedaliera più vicina in caso di soggiorno all'estero. Fonte: Istituto Superiore di Sanità (<https://www.epicentro.iss.it>).

Non solo zanzare

Le zanzare rappresentano indubbiamente il gruppo di insetti di maggior interesse sanitario a livello mondiale; ciò nonostante, ci sono anche altri artropodi da cui proteggersi.

La grande famiglia degli artropodi comprende:

- gli insetti; fra questi, troviamo i ditteri come le zanzare, le mosche, i moscerini neri (o pappataci) e i simuli.
- gli aracnidi come ragni, acari e zecche.

Come proteggersi

1. Evitare luoghi con acqua stagnante: eliminare contenitori non essenziali e svuotare l'acqua dei sottovasi.
2. Usare, laddove possibile, protezioni fisiche in casa come zanzariere a porte e finestre oppure diffusori di insetticida elettrici, areando bene i locali prima di soggiornarvi e seguendo attentamente le istruzioni per l'uso.
3. Prediligere abiti di colore chiaro che coprano la maggior parte del corpo.
4. Usare repellenti cutanei naturali o a base di Icaridina o DEET sulla pelle esposta, seguendo attentamente le indicazioni riportate sulle confezioni di vendita.



LO SAPEVI CHE...

Le zecche sono parassiti esterni appartenenti alla famiglia degli aracnidi, la stessa di ragni, acari e scorpioni. Sono dotati di un apparato boccale (rostro) in grado di penetrare la cute e succhiare sangue. L'habitat preferito è rappresentato da boschi e luoghi ricchi di vegetazione erbosa o arbustiva. Possono trasmettere all'uomo diverse patologie come la malattia di Lyme e l'encefalite virale. Per evitare infezioni e complicanze, è fondamentale staccare completamente la zecca dalla cute con opportune metodiche.

Sport praticati all'aria aperta

Per richiamare l'attenzione delle zanzare basta semplicemente respirare. Infatti, sono attratte dall'anidride carbonica che emettiamo durante l'espiazione. A questo si aggiungono altri due fattori: il calore del corpo e l'acido lattico (una sostanza prodotta dal corpo durante la traspirazione). Respirazione accelerata, calore e sudorazione sono elementi presenti durante l'attività fisica; per questo è consigliabile proteggersi durante l'allenamento.

Viaggi

Per godersi le meritate vacanze, è consigliabile tenere lontani gli insetti locali. Chi ha intenzione di viaggiare verso mete subtropicali e tropicali può ricevere informazioni sulle vaccinazioni necessarie e sulle precauzioni sanitarie consultando le pagine dedicate sui siti del Ministero della Salute (<https://www.salute.gov.it>) e dell'Istituto Superiore di Sanità (<https://www.epicentro.iss.it>).

E se si preferiscono zone boschive o montane?

Chi ama passeggiare in montagna, fra i boschi, necessita di un'efficace protezione nei confronti di insetti e zecche: proprio queste ultime prediligono, infatti, i luoghi ricchi di vegetazione erbosa o arbustiva.

Un buon insetto-repellente, quindi, resta sempre e comunque uno degli oggetti essenziali da mettere in valigia.

LO SAPEVI CHE...

Esiste una connessione tra il benessere dei bambini e il tempo trascorso in mezzo alla natura. Studi hanno evidenziato che la natura migliora i livelli di attività fisica dei bambini, le capacità motorie e lo sviluppo sociale ed emotivo. Giocare nella natura può migliorare le capacità cognitive come apprendimento, livelli di attenzione, gioco ed immaginazione. In queste ore all'aria aperta, è consigliata un'opportuna protezione contro gli insetti e le zecche con prodotti specifici dedicati ai più piccoli.



LO SAPEVI CHE...

Icaridina e DEET (n,n-dietil- m-toluamide) sono due insetto-repellenti chimici molto efficaci nel tenere lontani alcuni tipi di insetti e aracnidi. L'icardina crea una barriera di vapore sulla superficie della pelle che impedisce agli insetti il contatto cutaneo, mentre il DEET agisce sui ricettori degli atropodi, tenendoli lontani anche se non ci sono persone presenti (da qui, la sua efficacia anche in ambienti e su tessuti).

La concentrazione delle due sostanze è variabile nei prodotti in commercio ed influenza solo la durata d'azione del singolo prodotto, non il livello di protezione.

CITROLEDUM®

CITROLEDUM® è un marchio di Named S.r.l.
Via Lega Lombarda, 33 - 20855 Lesmo (MB) - Tel. 039.698501
info@named.it | named.it

Le informazioni scientifiche sono tratte dalla letteratura internazionale. I testi hanno unicamente scopo informativo e non intendono sostituire consigli medici o trattamenti.

Referenze:

Dankiw Kylie A et al. The impacts of unstructured nature play on health in early childhood development: A systematic review. Review PLoS One. 2020 Feb 13;15(2): e0229006.

Wolff Gabriella H. Olfaction, experience and neural mechanisms underlying mosquito host preference. J Exp Biol. 2018 Feb 15; 221(4): jeb157131.

Shahid Majeed et al. Detection and perception of generic host volatiles by mosquitoes: responses to CO₂ constrains host-seeking behaviour. R Soc Open Sci. 2017 May 10;4(5):170189.

G. Mandela Fernández-Grandon et al. Heritability of Attractiveness to Mosquitoes. PLoS One. 2015; 10(4): e0122716. Published online 2015 Apr 22.

Ernst Julie (Athman) et al. The Prairie Science Class: A Model for Re-Visioning Environmental Education within the National Wildlife Refuge System. Human Dimensions of Wildlife. 2006; Volume 11; 255-265.

C A Frazier. Insect reactions related to sports. Cutis. 1977 Apr;19(4):439-44.

Sito del Ministero della salute. <https://www.salute.gov.it>

Sito dell'Istituto Superiore della Sanità. <https://www.epicentro.iss.it>

Demofonti K. Malattie trasmesse da vettori. Informativa dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Opuscolo consultabile alla pagina https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_pubblicazioni_2142_allegato.pdf

PHU-0P-86-5/04-22

