suva

Attenzione, zecche!

Negli ultimi anni vi è stato un aumento delle malattie trasmesse dalle zecche. Le infezioni possono avere conseguenze gravi, ma il rischio può essere ridotto con semplici precauzioni. Questo opuscolo spiega come proteggersi.

La zecca 5

La borreliosi 6

La meningoencefalite da zecche 7

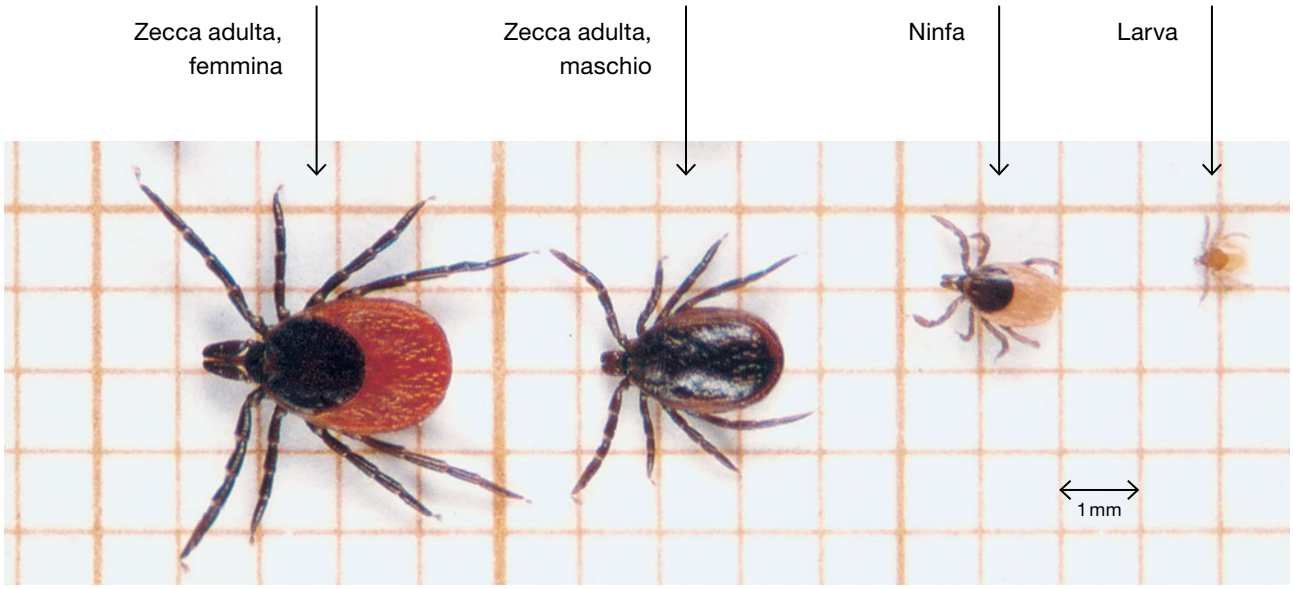
Misure profilattiche 8/9

Prevenire le punture di zecche
Evitare la trasmissione degli agenti patogeni
Vaccinazione preventiva
Consultazione medica
Assicurazione

Attenzione, zecche!
Ecco come proteggersi 10

La zecca

- È un aracnide.
- Varie specie sono presenti in tutto il territorio svizzero. Quella più comune è la zecca dei boschi (*Ixodes ricinus*, figura 1) presente fino a un'altitudine di 2000 m.
- È attiva soprattutto in primavera e in autunno.
- Da terra si arrampica sulle piante fino a un'altezza di 1,5 m dal suolo, specialmente nel sottobosco, ai margini del bosco e dei sentieri.
- Si attacca a persone e animali che le passano vicino. Cerca un punto adatto nel corpo, punge in modo indolore, si attacca saldamente alla pelle e succhia il sangue per più giorni. In questo modo possono essere trasmessi gli agenti patogeni della borreliosi e/o della meningoencefalite da zecche.



1 Le zecche si sviluppano in tre stadi: larva (sei zampe), ninfa e zecca adulta (entrambe con otto zampe). In tutti questi stadi la zecca ha bisogno di sangue. Nell'immagine è riprodotta la zecca dei boschi (*Ixodes ricinus*) che con i suoi morsi può trasmettere malattie anche all'uomo. (Foto: O. Rais, Université de Neuchâtel)

La borreliosi

- Chiamata anche malattia di Lyme o borreliosi di Lyme.
- È provocata dai batteri della specie *Borrelia burgdorferi*. A seconda delle zone, dal 5 al 50 % delle zecche è portatore di questo agente patogeno.
- Lascia tracce nel sangue: con un'analisi del sangue si possono individuare gli anticorpi, anche se l'infezione non ha provocato sintomi.
- Non produce immunità. In altre parole, chi ha contratto una volta la malattia, in caso di nuovo contatto con l'agente patogeno può ammalarsi nuovamente.
- Il decorso non è sempre uguale. Spesso l'infezione decorre senza alcun sintomo.
- Non esiste una vaccinazione.
- Può essere trattata con antibiotici.

Stadi e sintomi della borreliosi

Da 3 a 30 giorni dopo la puntura

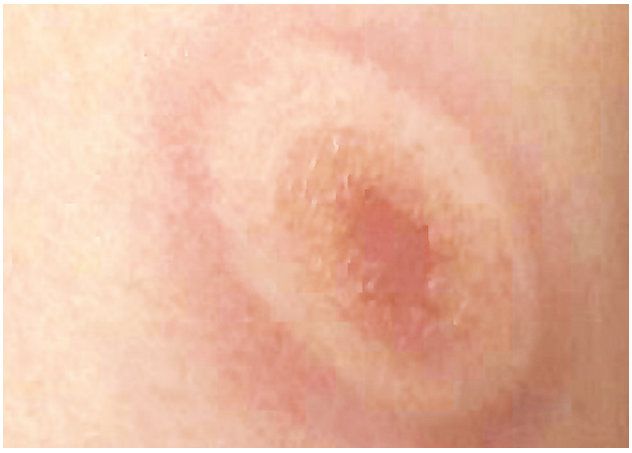
Intorno alla puntura si manifesta un arrossamento chiamato eritema migrante o Erythema migrans con una caratteristica area sbiadita al centro (fig. 2). Possono manifestarsi sintomi simili all'influenza che scompaiono nel giro di un mese, mentre l'eritema può persistere anche alcuni mesi.

Settimane o mesi dopo la puntura

Possono manifestarsi disturbi a carico del sistema nervoso: dolori, disturbi della sensibilità e paralisi a livello delle braccia, delle gambe e nella regione della testa. Possono pure presentarsi infiammazioni alle articolazioni. Raramente si manifestano dei problemi cardiaci.

Mesi o anni dopo la puntura

La pelle presenta alterazioni cutanee estese (assottigliamento e colorazione rosso-violacea). Il sistema nervoso e le articolazioni presentano raramente delle alterazioni croniche.



2 Tipico eritema come possibile primo sintomo della borreliosi. (Foto: Baxter AG)

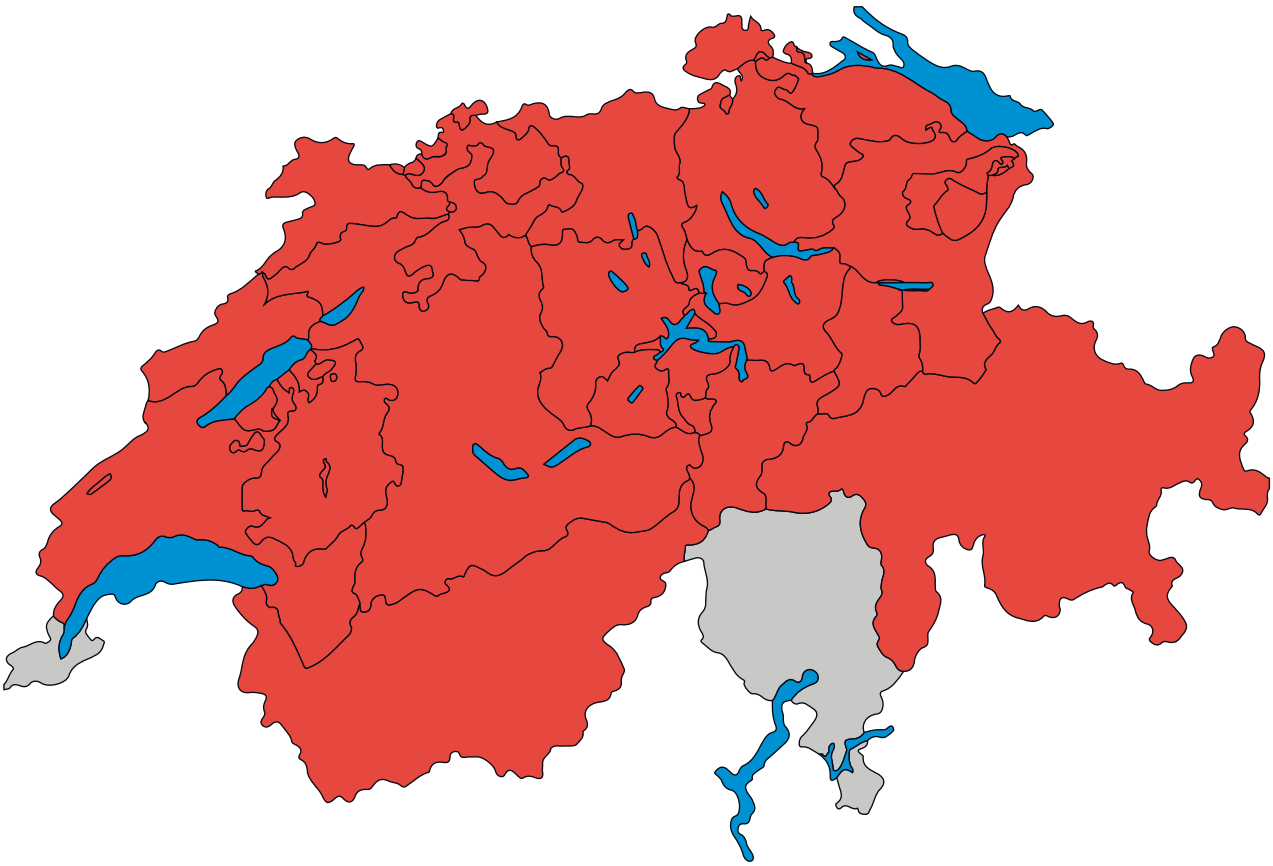
La meningoencefalite da zecche

- FSME e TBE sono sigle usate per la meningoencefalite da zecche, conosciuta anche come meningoencefalite primaverile-estiva (meningoencefalite: infiammazione del cervello e delle meningi).
- È causata da un virus. Secondo l'UFSP, tutta la Svizzera è considerata un'area a rischio (ad eccezione dei cantoni di Ginevra e Ticino).
- Può essere diagnosticata con delle analisi del sangue.
- Produce immunità.
- Può avere un decorso grave.
- Ci si può proteggere con la vaccinazione.
- Non si può trattare con antibiotici.

Sintomi e fasi della meningoencefalite da zecche

Prima fase (da 1 a 2 settimane dalla puntura)
Sintomi influenzali con febbre e mal di testa. Questa fase dura solo pochi giorni.

Seconda fase (diverse settimane dopo la puntura)
Nel 5–15 % degli ammalati, dopo alcuni giorni spesso senza sintomi, si manifestano infiammazioni del sistema nervoso con forte mal di testa, talvolta paralisi e disturbi della coscienza. Sono possibili danni permanenti e casi mortali.



3 Per le aree in rosso si raccomanda la vaccinazione preventiva (stato: aprile 2023). Sul sito dell'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) è possibile visualizzare la mappa aggiornata: www.map.geo.admin.ch; (indicare «FSME - vaccinazione raccomandata» nel campo di ricerca).

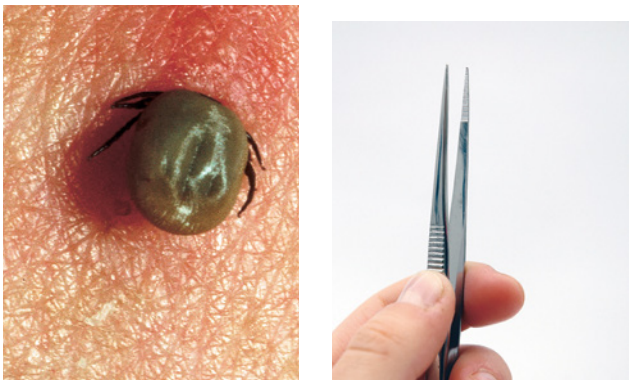
Misure profilattiche

Prevenire le punture di zecche

- Evitare i luoghi dove è possibile entrare in contatto con le zecche: margini dei boschi e dei sentieri, sterpaglie e sottobosco, prati e felci fino a 1,5 m dal suolo e ad altitudini fino a 2000 m.
- Indossare abiti chiusi di colore chiaro che coprano il più possibile il corpo. Sugli abiti chiari è più facile individuare le zecche. In questo modo possono essere rimosse prima di raggiungere la pelle e di pungere.
- Spruzzare pelle e abiti con un prodotto repellente contro le zecche.
- Si richiede particolare attenzione in primavera e in autunno.

Evitare la trasmissione degli agenti patogeni

- Rimuovere velocemente la zecca può prevenire una malattia. Quanto più sangue succhia la zecca, tanto maggiore è il rischio che venga trasmesso l'agente patogeno della borreliosi.
- Dopo una permanenza in zone a rischio, ispezionare immediatamente, o almeno nel corso della stessa giornata, corpo (e abiti) alla ricerca di zecche e rimuoverle subito. Le zecche pungono con particolare frequenza nelle pieghe del ginocchio, all'inguine e nelle cavità ascellari, nei bambini anche sul cuoio capelluto.



4 Come rimuovere le zecche: afferrare la zecca il più possibile vicino alla pelle con la pinzetta ed estrarla perpendicolarmente rispetto alla superficie cutanea. Al limite, per agire immediatamente, è possibile rimuovere la zecca con le unghie. Disinfettare la ferita. (Foto: Dermatologische Universitätsklinik Bern)

Vaccinazione preventiva

- Contro la meningoencefalite da zecche esiste una vaccinazione efficace.
- Contro la borreliosi non esiste alcuna vaccinazione.
- Se la vaccinazione è raccomandata per ragioni professionali (boscaioli, forestali e contadini) è a carico del datore di lavoro (Ordinanza del 25 agosto 1999 sulla protezione dei lavoratori dal pericolo derivante da microrganismi, OPLM).

Consultazione medica

- Rivolgersi al medico se dopo una puntura di zecca si manifestano sintomi che fanno pensare a una borreliosi o a una meningoencefalite.

Assicurazione

- Secondo la giurisprudenza, una puntura di zecca è parificata a un infortunio.
- Se si è assicurati contro gli infortuni, la puntura di zecca deve essere notificata all'assicurazione se viene consultato un medico.

Raccomandazioni per la vaccinazione FSME

L'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP) raccomanda la vaccinazione preventiva contro la meningoencefalite da zecche (FSME) per tutti gli adulti e i bambini a partire dai 6 anni di età che risiedono o si recano temporaneamente in un cantone a rischio (tutti ad eccezione dei cantoni di Ginevra e Ticino). Per quanto riguarda i bambini da 1 a 5 anni ogni caso va valutato individualmente. La vaccinazione non è necessaria se non vi è alcun rischio di esposizione, ossia per coloro che non si recano nelle zone infestate dalle zecche (boschi, siepi, campi con erba alta, arbusti e cespugli sotto i 2000 metri di altitudine). Dopo la vaccinazione di base (3 iniezioni) va fatto il richiamo a distanza di 10 anni se persiste il rischio di FSME.

Per maggiori informazioni si raccomanda di rivolgersi al medico di famiglia.

Ulteriori informazioni

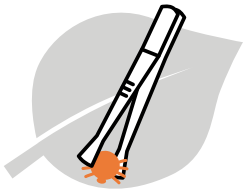
www.ufsp.admin.ch
Ufficio federale della sanità pubblica

5 La vaccinazione contro la FSME offre una valida protezione.

Attenzione, zecche!
Ecco come proteggersi

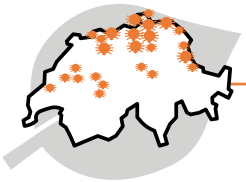
Prevenire la puntura di zecche

- Evitare i luoghi con zecche (zone boschive, sottobosco ecc.).
- Indossare abiti che coprono bene il corpo.
- Utilizzare un repellente contro le zecche.



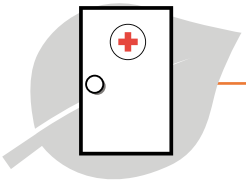
Impedire la trasmissione degli agenti patogeni

- Ispezionare corpo e abiti alla ricerca di zecche.
- Se si è stati punti da una zecca, rimuoverla subito.



Farsi vaccinare

- La vaccinazione offre un'ottima protezione contro la meningoencefalite da zecche.
- È raccomandata per tutta la Svizzera (tranne GE e TI).
- Contro la borreliosi non esiste alcuna vaccinazione.



In caso di sintomi, rivolgersi al medico

- Un arrossamento in corrispondenza della puntura di zecca indica l'insorgere di una borreliosi.

Questa scheda può essere ordinata separatamente, www.suva.ch/44051-1.i

Il modello Suva
I quattro pilastri

La Suva è più che un'assicurazione perché coniuga prevenzione, assicurazione e riabilitazione.

Gli utili della Suva ritornano agli assicurati sotto forma di riduzioni di premio.

La Suva è gestita dalle parti sociali: i rappresentanti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della Confederazione siedono nel Consiglio della Suva. Questa composizione paritetica permette di trovare soluzioni condivise ed efficaci.

La Suva si autofinanzia e non gode di sussidi.

Suva
Casella postale, 6002 Lucerna

Informazioni
Tel. 058 411 12 12
servizio.clienti@suva.ch

Ordinazioni
www.suva.ch/44051.i

Titolo
Attenzione, zecche!

Autori
Dott. Felix Ineichen, dott. Hanspeter Rast
Divisione medicina del lavoro

Stampato in Svizzera
Riproduzione autorizzata, salvo a fini commerciali, con citazione della fonte.
Prima edizione: luglio 1993
Edizione rivista e aggiornata: giugno 2023

Codice
44051.i

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Finanziato dalla CFSL
www.cfsl.ch