
Epatite A in aumento in Italia

Autore: Miriam Iovino

Fonte: Città Nuova

Negli ultimi mesi si è registrata un'impennata di questa infezione virale a causa, soprattutto, del consumo di frutti di bosco surgelati contaminati. Come difendersi?

Torna all'attacco il **virus dell'epatite A**, che negli ultimi mesi, in Italia, ha fatto registrare un aumento delle persone infette. Tutta colpa, pare, di una serie di partite di frutti di bosco provenienti dall'estero e lavati con acqua contaminata, ma ugualmente messi in commercio. Dopo i primi casi di infezione, è scattato l'allarme. Eseguiti i controlli, si sono susseguiti anche i sequestri, ma il danno, ormai, era fatto.

Ma come si diffonde l'epatite A? E come ci si può difendere dal virus? Questa infezione ha un periodo di incubazione di 15-45 giorni e spesso ha un decorso asintomatico, nel corso del quale, cioè, non si avvertono sintomi della malattia. Successivamente si manifestano un colorito giallognolo della pelle e della parte bianca degli occhi, inappetenza, febbre, malesseri generali. L'epatite si può verificare, di solito, per il consumo di frutti di mare crudi o di altri alimenti (anche frutta e verdura) contaminati.

Per contrastare il virus la soluzione più semplice da adottare è quella di consumare il cibo dopo averlo cotto. Questo vale per i frutti di mare, ma anche per i frutti di bosco, spesso usati crudi per decorare le torte e altri dolci.

Per prevenire l'infezione, è importante lavare con accuratezza frutta (sarebbe preferibile sbucciarla) e verdure. Ci si deve lavare con cura le mani dopo essere andati al bagno, dopo aver cambiato il pannolino ai bambini e prima di cucinare o di mangiare. Una persona infetta, infatti, può contaminare con le mani sporche i cibi con cui viene a contatto. Se non si è sicuri della purezza dell'acqua, ad esempio di un pozzo, è meglio evitarla e bere acqua del rubinetto o da bottiglie sigillate. Evitare, poi, se si va in luoghi a rischio (soprattutto all'estero) di mangiare cibi crudi e di bere bevande preparate con acqua corrente o in cui vengono aggiunti pezzetti di ghiaccio fatti con acqua di provenienza incerta. Se poi si vuol stare tranquilli, ci si può anche vaccinare, una pratica consigliata soprattutto ai soggetti a rischio, come chi viaggia in Paesi dove l'epatite A è molto diffusa, o a chi lavora a contatto con i malati.