

# CAMPAGNA PER LA PREVENZIONE DELL'INFLUENZA



*Ministero del Lavoro, della Salute  
e delle Politiche Sociali*



## Proteggi te stesso e gli altri, contro l'influenza scegli la prevenzione

DIREZIONE GENERALE DELLA COMUNICAZIONE  
E RELAZIONI ISTITUZIONALI

DIREZIONE GENERALE DELLA PREVENZIONE SANITARIA

APPROFONDIMENTI SUL SITO INTERNET  
[WWW.MINISTEROSALUTE.IT](http://WWW.MINISTEROSALUTE.IT)

**Con il vaccino  
antinfluenzale  
ti godi un inverno  
sereno**

→ L'influenza è una malattia infettiva provocata da virus. Normalmente si risolve in pochi giorni, tuttavia, in alcune persone può causare complicanze anche gravi. La vaccinazione antinfluenzale rappresenta un mezzo efficace e sicuro per prevenire la malattia e le sue complicanze. La protezione si sviluppa circa dopo due settimane dalla somministrazione del vaccino. Poiché i virus influenzali cambiano di frequente, è consigliabile vaccinarsi tutti gli anni. In Italia, per la situazione climatica e l'andamento delle epidemie influenzali, il momento migliore per farsi vaccinare va dalla metà di ottobre alla fine di dicembre.

**Spezza la catena  
dell'influenza,  
scegli il vaccino!**

→ L'influenza ha un periodo d'incubazione breve, in media 2 giorni, durante il quale si è già contagiosi. In particolare, il periodo di contagiosità comincia qualche giorno prima della comparsa dei sintomi e si prolunga per circa 3-5 giorni dopo. Questo significa che il virus può essere trasmesso anche da persone apparentemente sane. Il virus influenzale si trasmette attraverso le goccioline di muco e di saliva di chi tossisce e starnutisce, ma anche attraverso il contatto con mani contaminate dalle secrezioni respiratorie. Quindi si diffonde con più facilità negli ambienti chiusi e affollati. Scegliendo la vaccinazione non proteggi soltanto te stesso, ma anche quelle persone che ti stanno intorno per le quali contrarre l'influenza potrebbe essere particolarmente pericoloso.

**Chi sceglie la  
vaccinazione  
fa gioco di squadra**

→ La vaccinazione antinfluenzale è raccomandata e gratuita per le persone dai 65 anni in poi e per i soggetti con patologie croniche di base indipendentemente dall'età. È consigliata soprattutto alle persone che sono più a rischio di sviluppare forme gravi della malattia e complicanze. Per ridurre il rischio trasmissione, la vaccinazione è raccomandata anche ai familiari e ai soggetti in contatto con bambini di età inferiore ai 6 mesi (per i quali tale vaccinazione non è indicata) o con persone affette da patologie di base ad alto rischio di complicanze, che non possono essere vaccinati a causa di controindicazioni alla vaccinazione. Inoltre, la vaccinazione è raccomandata alle categorie che svolgono attività essenziali per la comunità e lavori socialmente utili (forze di polizia, operatori sanitari, ecc.)

**Vuoi saperne di più  
sulla vaccinazione?  
Rivolgiti al tuo medico**

→ I dati nazionali mostrano che ancora solo una piccola percentuale dei soggetti a rischio viene effettivamente vaccinata contro l'influenza. Rivolgiti al tuo medico di fiducia, troverai informazioni chiare e complete sulla malattia influenzale e sulle complicanze che può causare; sulla sicurezza e sull'efficacia dei vaccini e sui loro vantaggi in termini di salute.

### **E ricorda**

#### **La prevenzione dell'influenza inizia dalle piccole azioni di igiene personale**

Non trascurare mai l'importanza del:

1. lavaggio delle mani (in assenza di acqua è consigliabile l'uso di gel alcolici)
2. la buona igiene respiratoria (coprire bocca e naso quando si starnutisce o tossisce, trattare\* i fazzoletti e lavarsi spesso le mani)
3. l'isolamento volontario, a casa, delle persone con malattie respiratorie febbrili, specie in fase iniziale
4. l'uso di mascherine da parte delle persone con sintomatologie influenzali, quando si trovano in ambienti sanitari (come gli ospedali)

\* usare preferibilmente fazzolettini di carta, gettandoli in un contenitore rifiuti subito dopo l'uso; anche i fazzoletti di stoffa non dovrebbero essere usati più volte e dovrebbero essere lavati dopo ammollo in acqua molto calda (60°C)