

VARICELLA

La varicella è una malattia infettiva molto contagiosa che colpisce maggiormente bambini e giovani adolescenti ed è causata dall'infezione primaria del virus varicella-zoster (famiglia degli Herpes viridae).

COME SI TRASMETTE IL VIRUS DELLA VARICELLA

La trasmissione da persona a persona avviene per via aerea mediante le goccioline respiratorie diffuse nell'aria, che possono diffondersi anche a molti metri di distanza in un ambiente chiuso, quando una persona affetta tossisce o starnutisce, o tramite contatto diretto con lesione da varicella o zoster.

Durante la gravidanza, il virus può essere trasmesso all'embrione o al feto attraverso la placenta.

Il periodo di incubazione della malattia è di **10 – 21 giorni**.

DECORSO CLINICO DELLA VARICELLA

La varicella inizia dopo un periodo di incubazione con sintomi generali leggeri come febbre bassa e malessere, seguiti da un esantema cutaneo. L'eruzione è costituita da papule rosa pruriginose che diventano vescicole con liquido chiaro, poi si seccano e formano croste. L'esantema inizia su testa e viso, per poi diffondersi al tronco e agli arti, e le lesioni appaiono in fasi diverse, creando un aspetto a "cielo stellato".

La contagiosità dura dai 5 giorni prima fino a 5 giorni dopo la comparsa delle vescicole e può essere prolungata in caso di immunodeficienza o immunoprofilassi passiva. La varicella è solitamente benigna e guarisce in 7-10 giorni, conferendo immunità permanente. Il virus resta latente nei gangli nervosi e può riattivarsi anni dopo come herpes zoster (fuoco di Sant'Antonio). Se contratta in gravidanza, la varicella può causare danni al feto, con la sindrome della varicella congenita, o una forma grave nei neonati se contratta poco prima o dopo il parto.

TRATTAMENTO DELLA VARICELLA

La terapia prevista per gli adulti è sintomatica: **antistaminici** per il prurito, **antipiretici** per la febbre. Nei casi più a rischio di complicanze si può ricorrere a farmaci antivirali (Acyclovir). Neonati e soggetti immunodepressi devono ricevere trattamento con immunoglobuline.

COME PREVENIRE LA VARICELLA

La **vaccinazione** è l'unica prevenzione. Il vaccino è costituito da virus vivo attenuato e viene somministrato a **12-15 mesi di vita** unitamente all'antimorbillo, antirosolia, antiparotite in un'**unica iniezione** (MPRV) con un **richiamo a 5 – 6 anni**. L'efficacia della vaccinazione è stata stimata essere del 95% nella prevenzione delle forme moderate o gravi e del 70-85% nella prevenzione delle forme lievi. Il vaccino è sicuro e ben tollerato e la protezione sembra essere di lunga durata.

La vaccinazione contro la varicella è raccomandata per bambini più grandi, adolescenti e adulti che non l'hanno mai contratta o vaccinata, per persone a rischio professionale (come il personale scolastico e sanitario) e per le donne in età fertile non ancora immunizzate, per evitare complicazioni durante la gravidanza. Le persone a rischio di varicella grave (neonati e immunocompromessi) possono ricevere immunoglobuline intramuscolari entro 96 ore dall'esposizione. Inoltre, la somministrazione di Aciclovir a persone immunodepresse entro 7 giorni dall'esposizione può essere efficace. La vaccinazione post-esposizione entro 72-120 ore può prevenire o modificare l'andamento della malattia.

Parla con il tuo medico di famiglia o con il centro vaccinale più vicino a casa tua (per i residenti nella ASL Roma 1 la lista è consultabile al link: [Centri vaccinali \(aslroma1.it\)](http://Centri_vaccinali_aslroma1.it)).

Consulta il medico di famiglia o un medico di fiducia se:

Se tu e tua/o figlia/o siete entrati in contatto con la varicella e:

- pensi che tu o tuo figlio/avete uno dei sintomi della varicella
- tua/o figlia/o ha meno di 1 anno
- sei in gravidanza o hai un sistema immunitario fragile
- tu o tua/o figlia/o avete febbre alta persistente che non passa con le comuni medicine
- tu o tua/o figlia/o avete difficoltà a respirare
- tu o tua/o figlia/o non vi sentite bene e pensi possa esserci qualcosa di serio

Ricorda che la varicella è contagiosa: prima di recarti di persona in una struttura sanitaria (studio, ambulatorio, Pronto Soccorso) contatta il sanitario per avere indicazioni sulle procedure da seguire. In ogni caso, al tuo arrivo, informa subito gli operatori sanitari che potresti avere la varicella ed evita di sostare in prossimità di altre persone o in spazi chiusi. La mascherina FFP2 “senza valvola” potrebbe ridurre la contagiosità: indossala, se non hai problemi a respirare.

In ogni caso, ricordati di informare il tuo medico curante del fatto che sei entrato in contatto con un caso di varicella.

COSA PUOI FARE SE HAI LA VARICELLA

Tieni presente che:

Di solito si è contagiosi per:

- **5 giorni prima** che compare il rash cutaneo
- **5 giorni dopo** la comparsa dell'esantema

Cosa puoi fare:

- Evitare il contatto (anche solo permanendo poco tempo in luoghi chiusi) con altre persone quando compaiono sintomi suggestivi di varicella e porsi in isolamento per almeno 5 giorni da quando compare l'esantema (*gli adulti devono astenersi dal lavoro e i bambini da scuola o dall'asilo nido*)

In generale, si consiglia di isolare i pazienti per evitare la diffusione del contagio.

- Evitare il contatto con bambini piccoli, donne in gravidanza e persone con il sistema immunitario fragile
- Riposare e bere molti liquidi
- Discutere con il proprio medico sulla necessità di assumere farmaci
- Mantenere la stanza ben ventilata
- Lavare le mani con acqua calda e sapone
- Usare fazzoletti di carta per tosse e starnuti
- Gettare i fazzoletti sporchi

Cosa evitare

- Non condividere piatti, bicchieri, posate, tazze, asciugamani, lenzuola con altre persone

Per approfondimenti, visita il sito del Ministero della Salute: <https://www.salute.gov.it>