



GIARDIA COME SI TRASMETTE E COME SI CURA

COSA È > Giardia è un parassita che vive nell'acqua e che può causare una malattia nota come giardiasi. È cosmopolita: si trova in tutto il mondo e può essere ospitato nell'intestino sia dall'uomo che da 40 diverse specie animali. Nell'uomo, la *Giardia intestinalis* o *lamblia* o *duodenalis* può provocare diarrea e disidratazione, dopo un periodo di incubazione generalmente da 1 a 3 settimane.

RESISTENZA > Il parassita viene espulso nell'ambiente per mezzo delle feci, protetto da un involucro chiamato cisti, che gli permette di sopravvivere alle avversità del terreno, ad alcuni trattamenti di disinfezione, come per esempio al cloro, e a temperature comprese tra 0° e 54°.

INFEZIONE > L'infezione è causata dall'ingestione delle cisti del parassita. Secondo l'OMS sono sufficienti solo 10 cisti a determinare l'infezione.

Tutto ciò che entra in contatto con le feci di esseri umani o animali infetti può essere contaminato dal parassita. Il rischio di contrarre l'infezione da cani o gatti è basso, poiché solitamente sono ceppi diversi. È un'infezione generalmente benigna che può anche non dare sintomi, a seconda dell'età, dell'efficienza del sistema immunitario e del proprio stato di nutrizione.

TRASMISSIONE > La trasmissione avviene per via oro-fecale:

- portando alla bocca le mani che sono entrate in contatto con feci o superfici infette;
- assumendo acqua contaminata (da fonti non controllate o in piscina);
- ingerendo alimenti lavati con acqua contaminata o preparati con mani sporche;
- per mezzo di insetti che possono trasportare l'agente patogeno da feci infette a un cibo
- per via sessuale, con pratiche oro-genitali.

La trasmissione non può avvenire per contatto con il sangue.

SINTOMI > I sintomi prevalenti sono dolore e gonfiore addominale, diarrea grassa e giallastra, perdita di peso, disidratazione. Più raramente possono comparire anche febbre e vomito.

I sintomi possono durare dalle 2 alle 6 settimane. Una parte delle persone infettate guarisce, ma in assenza di terapia adeguata, nel 30-50% dei casi, la patologia può diventare cronica. In questi soggetti il parassita si replica a fasi intermittenti con diarrea ricorrente e malassorbimento intestinale.

SOGGETTI A RISCHIO >

- Bambini in strutture di prima infanzia, in particolare in età da pannolino;
- persone che vivono a contatto con soggetti infetti da giardiasi;
- persone che bevono acqua o usano ghiaccio proveniente da luoghi dove Giardia è endemica;
- escursionisti e campeggiatori che bevono acqua non sicura o che non praticano una buona igiene;
- persone che ingeriscono l'acqua mentre nuotano;
- viaggiatori internazionali.

COME SI CURA > Per eliminare il parassita, esistono diversi farmaci efficaci. Per individuare il più adatto ai singoli casi è necessario consultare il proprio medico di famiglia o pediatra.

Come per tutte le diarree, è importante reintegrare i fluidi bevendo molta acqua, frequentemente e a piccoli sorsi.

Per chi lavora a scuola o nella preparazione di pasti, è importante astenersi dall'attività lavorativa sino al completamento della terapia e alla guarigione clinica (scomparsa della diarrea). Lo stesso vale per i bambini che frequentano la scuola e per chi frequenta le piscine.



GIARDIA **COME PREVENIRE LA TRASMISSIONE**



LAVA SPESSO E ACCURATAMENTE LE MANI

- Prima di cucinare e di mangiare, e nella somministrazione dei pasti.
- Dopo aver utilizzato il bagno o aver cambiato un pannolino.
- Dopo aver toccato animali, terra o rifiuti.



UTILIZZA ACQUA SICURA

- Non bere acqua da fonti non potabili.
- Se le autorità locali comunicano la non potabilità dell'acqua di rubinetto, usa acqua in bottiglia o fai bollire l'acqua per un minuto prima di berla o utilizzarla in cucina.



LAVA GLI ALIMENTI CON ACQUA SICURA

- Usa acqua potabile per lavare gli alimenti, in particolare quelli da consumare crudi come frutta e verdura.



EVITA OGNI POSSIBILE CONTATTO CON LE FECI

- Utilizza guanti, detergenti e disinfettanti per pulire le superfici sporche.
- Usa guanti e sacchetti di plastica per buttare le deiezioni di animali.
- Usa guanti da giardino per maneggiare la terra.



IGIENE E ATTENZIONE IN PISCINA

- Se hai avuto la diarrea evita di andare in piscina.
- Lavati accuratamente prima di entrare in acqua.
- Fai attenzione a non inghiottire acqua mentre nuoti.



EVITA LA CONTAMINAZIONE DEI TUOI ANIMALI

- Cerca di evitare che i tuoi animali bevano da acque non trattate.
- Pulisci l'ambiente e lava spesso le ciotole dell'acqua con sapone.
- Se hai dubbi in seguito a episodi di diarrea, chiedi al tuo veterinario.