

## Quello che non sai sulle zecche o informazioni non corrette che possono danneggiarti

Le zecche possono infettarsi con i batteri quando mordono un animale infetto, per poi trasmetterlo ad una persona che può così contrarre la malattia di Lyme.



Le chiazze rosse con le quali si manifesta la malattia di Lyme



L'illustrazione è solo indicativa.  
Le dimensioni possono cambiare considerevolmente  
in relazione alla specie di zecca

Fonte: ECDC

|  |              |
|--|--------------|
| Le zecche montano sugli alberi e cadono addosso                            | <b>FALSO</b> |
| Possono essere portate dal vento   | <b>FALSO</b> |
| Possono rimanere attaccate per due settimane                               | <b>VERO</b>  |
| Per staccarle vanno prima soffocate con olio oppure anesteziate con alcool | <b>FALSO</b> |
| Possono vivere oltre un anno senza mangiare                                | <b>VERO</b>  |
| Il cane o il gatto portano in casa le zecche che poi pungono l'uomo        | <b>FALSO</b> |
| L'uso dei repellenti sui vestiti previene il contatto                      | <b>VERO</b>  |
| Possono riprodursi e stabilirsi anche all'interno di abitazioni            | <b>FALSO</b> |
| Una estrazione precoce riduce il rischio di trasmissione di malattie       | <b>VERO</b>  |
| Si alimentano solo con il sangue   | <b>VERO</b>  |
| Si nutrono prevalentemente sull'uomo                                       | <b>FALSO</b> |
| Le zecche sono i più importanti vettori di malattie in Europa              | <b>VERO</b>  |
| Possono entrare sotto la pelle   | <b>FALSO</b> |
| Prediligono ambienti molto caldi   | <b>FALSO</b> |
| Le zecche grosse sono più pericolose di quelle piccole                     | <b>FALSO</b> |



**SUGGERIMENTI  
PER LA PREVENZIONE  
E IL TRATTAMENTO  
DELLE PUNTURE DELLE**

# ZECCHHE

# PREVENZIONE E TRATTAMENTO DELLE PUNTURE DELLE ZECCHE

*A partire dal 2000 circa, nel Trentino, i casi di malattie trasmesse dalle punture delle zecche sono cresciuti di numero rispetto al passato e si sono maggiormente diffusi sul territorio (Valle dei laghi, Val di Non, Valle dell'Adige, Val di Cembra), per cui la SAT ritiene opportuno richiamare l'attenzione dei soci, ed in particolare degli addetti alla manutenzione dei sentieri, su questo fenomeno.*

## 1) Le malattie trasmesse dalle zecche

Le zecche del bosco sono parassiti che si nutrono di sangue umano e di sangue animale (cervi, caprioli, lepri, roditori, uccelli, ecc.). La loro presenza dipende essenzialmente dalla presenza sul territorio degli ospiti da parassitare ed il loro habitat preferito è rappresentato da luoghi umidi, ricchi di vegetazione erbosa ed arbustiva.

Le zecche sono diffuse su tutto il territorio provinciale, in particolare nel periodo da marzo ad ottobre e fino a 1300/1400 metri di altitudine.

Generalmente la puntura della zecca non provoca direttamente danni alla salute dell'uomo, ma può essere pericolosa come veicolo di infezioni trasmesse da questi animali in qualità di vettori.

Nel Trentino, sono due le patologie infettive veicolate dalle zecche:

- a. encefalite (TBE):** dopo un periodo di incubazione che va dai 2 ai 28 giorni, la malattia si manifesta con sintomi simili all'influenza (febbre alta, malessere generale, stanchezza fisica, dolori articolari) che durano alcuni giorni e che spesso non vengono riconosciuti come specifici; dopo un certo miglioramento, le condizioni si aggravano (cefalea, vertigini, vomito) e viene colpito il cervello; può essere mortale nell'1-2% dei casi e può lasciare danni permanenti; non ci sono cure specifiche, per cui è essenziale la prevenzione;
- b. malattia (o borelliosi) di Lyme:** dopo alcuni giorni dalla puntura, la malattia si manifesta con una chiazza rossa sulla pelle che si va poi espandendo (detta eritema migrante); spesso non fa male né dà prurito ed in questa fase iniziale, la malattia è facilmente curabile con antibiotici; se invece non è riconosciuta e curata, può colpire gravemente le articolazioni, il cuore, il cervello, i nervi e nella fase tardiva è più difficile da curare.

## 2) La prevenzione

La prima prevenzione consiste nel cercare di non essere punti, adottando alcune precauzioni, e poi effettuando attenti controlli dopo le uscite in bosco.

Nel dettaglio:

- a. vestiario:** è opportuno vestirsi sempre con abiti che coprono bene tutto il corpo (pantaloni lunghi, maglie a maniche lunghe), ben chiusi alle caviglie, ai polsi ed al collo, e di colore chiaro, per facilitare l'individuazione delle zecche;
- b. repellenti cutanei:** sono disponibili in farmacia dei repellenti che possono essere d'aiuto per tenere lontane le zecche, da utilizzare sia sulle parti scoperte del corpo, ma anche sulle scarpe e sulla parte bassa dei vestiti;
- c. evitare l'erba alta:** non addentrarsi nelle zone in cui l'erba è alta ed evitare anche di toccare l'erba lungo i margini dei sentieri; evitare in particolare le zone erbose ed umide, in quanto le zecche amano l'umidità e sopravvivono nell'acqua, ma non sui terreni aridi;
- d. controlli al rientro:** al rientro, effettuare un attento esame visivo e tattile sugli indumenti, che vanno spazzolati prima di essere portati in casa, e poi su tutto il corpo, magari con l'aiuto di un'altra persona, per rimuovere le zecche eventualmente presenti.

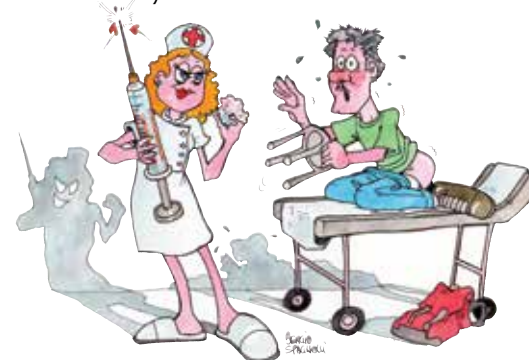
## 3) Cosa fare in caso di puntura La rimozione della zecca

In caso di puntura, è necessario togliere la zecca appena possibile, in quanto la probabilità di trasmissione di malattie aumenta se la zecca resta attaccata a lungo. La rimozione della zecca si effettua con le seguenti modalità:



- utilizzare guanti protettivi e non toccare mai la zecca con le mani;
- non applicare sulla zecca calore o altre sostanze (alcol, acetone, trielina, ammoniaca, olio, grassi);
- afferrare la zecca con una pinzetta a punte sottili, il più possibile vicino alla superficie della pelle, e procedere alla rimozione tirando dolcemente, con un leggero movimento di rotazione;
- durante la rimozione, non schiacciare il corpo della zecca, per evitare il rigurgito che aumenterebbe la possibilità di trasmissione di malattie;

- se rimane nella pelle qualche frammento della zecca, va estratto usando un ago di siringa sterile;
- disinfettare la pelle prima e dopo la rimozione della zecca con un disinfettante che non colori la pelle;
- distruggere la zecca, possibilmente bruciandola;
- applicare per un paio di giorni una crema a base di tetracicline (es.: aureomicina).



## 4) La vaccinazione contro l'encefalite

È disponibile un vaccino contro l'encefalite, che viene utilizzato attualmente dalla Provincia di Trento per il personale forestale. La vaccinazione potrebbe essere utile per i soggetti che vengono spesso punti dalle zecche, probabilmente perché si trovano in possesso di caratteristiche fisiologiche gradite a questo parassita. La vaccinazione comporta un ciclo base di tre dosi: una all'inizio e due richiami, il primo dopo 3 mesi ed il secondo dopo 12 mesi. I richiami vanno poi ripetuti ogni 3/5 anni, a seconda dell'età (dopo i 60 anni si abbrevia l'intervallo dei richiami). La vaccinazione non presenta particolari controindicazioni e/o effetti collaterali, ma la sua opportunità va eventualmente valutata dal medico di base.



**SAT**  
Società degli Alpinisti Tridentini  
Sezione del CAI  
Commissione Sentieri