

# GRAVIDANZA ED EPATITE A (ALIMENTARE)

## Che cos'è l'Epatite A

L'epatite A è una malattia del fegato causata dal virus HAV (Hepatitis A Virus). Il virus si trasmette attraverso bevande e alimenti contaminati oppure attraverso il contatto diretto con persone infette.

Si distingue dalle epatiti virali B e C per due aspetti: la sua modalità di trasmissione, prevalentemente oro-fecale, e per il fatto che non cronicizza mai, ovvero è possibile una completa guarigione.

Spesso decorre in modo asintomatico. A volte dopo circa 15-45 giorni dal contatto con il virus, possono manifestarsi sintomi come: stanchezza, dolori addominali, febbre, perdita di appetito, nausea, vomito e ittero (colorito giallognolo di pelle e occhi).

Durante il decorso della malattia, possono comparire inoltre prurito, colorazione scura delle urine e chiara delle feci.

## Come può avvenire l'infezione

L'infezione può avvenire attraverso il consumo di acqua contaminata oppure attraverso il consumo di alimenti crudi o poco cotti. La scarsa igiene personale o degli ambienti o il non rispetto di basilari norme igieniche durante la preparazione degli alimenti ne favoriscono la trasmissione.

Il virus si può trovare nelle feci delle persone infette 7-10 giorni prima della manifestazione dei sintomi e fino ad una settimana dopo. Raramente sono avvenuti casi di infezione attraverso trasfusioni di sangue, anche perché il virus è presente nel circolo sanguigno solo per pochi giorni.

L'infezione ha una durata media di circa due settimane, ma può arrivare anche a dieci. Solitamente l'evoluzione è benigna e dopo la guarigione il soggetto acquisisce una immunità permanente.

In casi rari, tuttavia, soprattutto dopo i 50 anni, l'infezione può essere fulminante arrivando in questi casi ad un tasso di mortalità dell'80%.

Le donne in gravidanza non rappresentano una categoria di maggior rischio, l'infezione da HAV non ha ripercussioni dirette sulla gestazione e sulla salute del nascituro, il decorso, specie in assenza di co-infezioni, è favorevole. Il quadro clinico e i rischi per una donna gravida esposta al virus dell'epatite A sono equiparabili al resto della popolazione. Soltanto in rarissimi casi, in presenza di un'alta carica virale, si riscontra un aumento delle probabilità di parto pretermine conseguente al precario stato di salute materno, mentre se questa eventualità si verifica a ridosso del parto c'è rischio di trasmissione verticale al bambino durante la nascita. La somministrazione di Immunoglobuline alla donna e al neonato rappresenta la condotta terapeutica specifica, in associazione ad una dieta epatodepurativa, non sono indicate altre terapie.

## Diffusione

Il virus è presente in tutto il mondo, anche se maggiormente nei paesi a basso e medio reddito. Ogni anno sono stimati circa 1,4 milioni di casi e a essere colpiti prevalentemente sono i bambini.

Attualmente la Svizzera è considerata un paese a bassa endemicità grazie alle buone condizioni igieniche e socio-economiche.

## A quali alimenti fare attenzione

Gli alimenti che sono più spesso implicati in casi di infezione da virus dell'Epatite A sono:

- l'acqua;
- i frutti di mare o i prodotti della pesca consumati crudi o poco cotti;
- la frutta e la verdura cruda, mal lavata e i suoi prodotti derivati.
- i cibi freddi pronti per il consumo (panini o prodotti pronti della gastronomia) che possono essere soggetti a cross-contaminazione diretta, per contatto con altri alimenti che veicolano il virus, oppure indiretta per contatto con utensili o superfici di lavoro contaminate e non adeguatamente pulite.

Purtroppo non è possibile riconoscere gli alimenti contaminati da microrganismi patogeni:

gli alimenti inquinati non presentano infatti alterazioni di colore, odore, aspetto o sapore.

Ci sono tuttavia norme universalmente valide per ridurre il rischio di contaminazione di acqua e cibi insalubri.