

Insieme **CONTRO** il **CMV**

**Campagna per la prevenzione
dell'infezione congenita
da CitoMegalovirus (CMV)**

Conoscere per prevenire

**IL CMV È LA PRIMA CAUSA INFETTIVA DI SORDITÀ
E RITARDO MENTALE CONGENITO**

Igiene e comportamento prevengono il
CMV in ogni momento
ma i primi mesi di gravidanza sono
quelli di maggior importanza!

www.citomegalovirus.online

Un virus innocuo...

Il CMV appartiene alla famiglia degli Herpesvirus (insieme ai più noti virus della varicella-zoster, dell'herpes simplex labiale e genitale e di Epstein-Barr o della mononucleosi). Deve il suo nome, citomegalovirus, al fatto che le cellule diventano molto grandi quando sono infettate. L'infezione avviene generalmente nei primi mesi o anni di vita. Più raramente il primo incontro con il virus (infezione primaria) avviene nell'adolescenza o nell'età adulta. I sintomi sono lievi e aspecifici (malessere, febbre, senso di affaticamento, mal di testa) o mancano del tutto.

... ma non sempre

Quando una donna contrae l'infezione primaria in gravidanza, il CMV si trasmette al feto (infezione congenita) in circa la metà dei casi. La maggior parte dei bambini con infezione congenita non presenta sintomi né alla nascita né successivamente. Ma tanto più precocemente è avvenuta la infezione materna in gravidanza (primo trimestre in particolare) tanto più elevato è il rischio che il bambino, se infettato in utero, manifesti problemi alla nascita o nei primi anni di vita. Alterazioni dell'udito, della vista, difficoltà nell'apprendimento e problemi comportamentali sono le conseguenze che più frequentemente si riscontrano nei bambini con infezione congenita da CMV.

Come si trasmette...

Il CMV ha sviluppato una complessa strategia di convivenza con il genere umano. Dopo l'infezione primaria, il CMV resta nell'individuo in uno stato di "letargo" o latenza per tutta la vita. Durante la latenza il CMV non si replica. Ogni tanto, però, il virus si risveglia e riprende a replicarsi (riattivazione del virus). Le riattivazioni sono sempre asintomatiche e servono al virus per raggiungere e infettare nuovi individui. Sia durante l'infezione primaria che le riattivazioni il CMV è presente in forma infettante in diversi fluidi corporei quali saliva, urine, secrezioni genitali. Inoltre, il virus è presente nel latte delle puerpere già sieropositive prima della gravidanza. Di conseguenza, buona parte dei bambini allattati naturalmente viene infettato senza che i lattanti presentino sintomi. Questi bambini, a loro volta, liberano CMV con la saliva e le urine per mesi e sono la sorgente di virus più importante per coetanei e adulti.

Poiché la trasmissione da persona a persona avviene principalmente per via orale ovvero portando alla bocca liquidi o oggetti venuti a contatto con saliva o urine di individui infetti, i bambini piccoli, in particolare quelli al di sotto dei tre anni, rappresentano la causa più frequente di infezione per le gestanti che non hanno mai incontrato il virus in precedenza.

... e come si previene l'infezione

Anche se al momento non è disponibile un vaccino anti CMV, sapere come l'infezione si diffonde consente di evitarla adottando alcune norme igieniche e di comportamento.

Per prima cosa è altamente raccomandabile eseguire un test per il CMV.

Con un unico esame del sangue basato sulla ricerca degli anticorpi specifici per il virus è possibile determinare se si ha già contratto l'infezione in precedenza. È importante che il test venga eseguito il più precocemente possibile in gravidanza o, meglio ancora, prima della gravidanza.

Nel caso non ci siano anticorpi non c'è protezione e si è a rischio di contrarre l'infezione primaria. Occorre al più presto mettere in pratica le norme igieniche per prevenire l'infezione e controllare mensilmente che il risultato rimanga negativo durante la prima metà della gravidanza.

Tre regole che fanno la differenza:

- 1 Lavarsi le mani spesso e bene.** L'igiene delle mani è fondamentale. Lavarsi accuratamente e frequentemente le mani con acqua e sapone o altri prodotti igienizzanti dopo aver dato da mangiare, cambiato il pannolino, pulito naso o bocca a un bambino piccolo. Lavare spesso superfici, giocattoli, oggetti toccati o messi in bocca da un bambino.
- 2 Tenere la bocca chiusa.** Evitare di portare alla bocca quanto può essere venuto in contatto con la saliva o le urine di un bambino piccolo (posate, succhiotto, manine, cibo, le proprie mani...). Non condividere cibo, bevande, stoviglie, bicchieri, spazzolini da denti.
- 3 Usare la testa per baciare.** Baciare i bambini sulla fronte o sul capo invece che sulla bocca o sulle guance. Inventare nuove coccole che consentano di evitare il contatto diretto con la saliva.

È stato dimostrato che quando una gestante priva di anticorpi anti-CMV, e pertanto a rischio di contrarre l'infezione primaria, mette in pratica le precauzioni sopra elencate, riduce di quasi il 90% la probabilità di infettarsi. È importante che queste norme igieniche vengano messe in pratica almeno nella prima metà della gravidanza quando il feto è in pieno sviluppo e il rischio di problemi, in caso di infezione congenita, è maggiore. Una eventuale infezione materna contratta dopo la 20ma settimana ha più probabilità di essere trasmessa al feto ma il rischio di conseguenze si riduce fino a azzerarsi.

