

## COME PROTEGGERSI DALLE ZECHE?

### Indossa un abbigliamento adeguato:

- scarpe chiuse, pantaloni lunghi, calze bianche.

### Fai attenzione a dove cammini:

- non addentrarti nelle zone in cui l'erba è alta.

### Al termine delle escursioni ricorda sempre di:

- effettuare un attento esame visivo e tattile della tua pelle (in particolare testa, collo, ascelle, dietro le ginocchia e fianchi).
- controllare gli indumenti utilizzati.

### Proteggi sempre gli animali domestici (cani):

- usa appositi prodotti contro le zecche.

### Utilizza i repellenti specifici:

- applicali sulla cute e sugli abiti.



Abbigliamento coprente e chiaro

NO erba alta

Repellenti

## COSA FARE DOPO LA RIMOZIONE?

1. Annota la data di rimozione della zecca e conservala in una provetta in frigorifero o congelatore.
2. Consegnala la provetta e la scheda di rilevamento compilata presso agli enti di riferimento che trovi nella sezione **Contatti Utili**.
3. Per alcune settimane controlla l'area della puntura e il tuo stato generale di salute.
4. Rivolgiti al medico se compaiono sintomi quali arrossamento della cute, mal di testa, febbre anche lieve, dolori muscolari o articolari.

Presso i Rifugi del CAI di Bergamo, in caso di necessità, potrai richiedere il KIT per la corretta prevenzione del morso della zecca.



## RIMOZIONE DELLE ZECHE

È importante rimuovere le zecche in modo corretto e tempestivo per ridurre il rischio di trasmissione di malattie.

1. Afferra la zecca con una **pinzetta a punte sottili**, il più possibile vicino alla superficie della pelle e rimuovila tirando dolcemente e cercando di imprimere un leggero movimento di rotazione.
2. Fai attenzione a **non schiacciare il corpo della zecca**, per evitare il rigurgito che aumenterebbe la possibilità di trasmissione malattie.
3. Dopo la rimozione disinfetta con cura la cute.
4. Conserva la zecca in una provetta in frigorifero o congelatore.



## CONTRIBUISCI ALLA RACCOLTA DATI

Il progetto di monitoraggio sanitario delle zecche in ambiente montano nasce dalla collaborazione tra **ATS, IZSLER** e la **Sezione di Bergamo del CAI**.

Nei Rifugi del CAI di Bergamo, in caso necessità, potrai trovare il KIT per la corretta prevenzione del morso della zecca.

Se sei stato morsiato da una zecca preleva il parassita secondo le modalità illustrate nella brochure, compila la scheda di rilevamento dati e consegna il tutto presso le sedi territoriali ATS o IZSLER di Bergamo che provvederanno ad effettuare le analisi previste.



## SCHEDA RILEVAMENTO ZECCA

### DATI ANAGRAFICI

Nome .....

Cognome.....

Data di nascita .....

Codice Fiscale.....

Indirizzo (via, numero civico, comune)

.....

.....

Telefono .....

Email .....

### RILEVAMENTO ZECCA

Data .....

Località .....

#### Ambiente

bosco  prato  giardino

#### Presenza di animali

selvatici  domestici  allevamento

#### Dove ho trovato la zecca

testa  collo

braccio  gamba

ascella  regione inguinale

addome

altro.....

Autorizzo l'autorità sanitaria al trattamento dei miei dati in base al GDPR 2016/679 unicamente per lo scopo di questo progetto.

Firma .....





Contribuisci con le tue osservazioni al monitoraggio sanitario della montagna. Aiutaci a raccogliere i dati sulle aree dove sono presenti e alla loro analisi!

## ZECCHE INFORMAZIONI PREVENZIONE SORVEGLIANZA

Sezione di Bergamo  
CLUB ALPINO ITALIANO



ATS Bergamo  
Regione Lombardia  
Sistema Socio Sanitario

## COSA SONO LE ZECCHE?

Le zecche sono ectoparassiti ematofagi temporanei. Sono **artropodi** dalle dimensioni variabili, in funzione della specie e stadio sviluppo (da qualche millimetro a 1 centimetro) hanno un corpo tondeggiante e il capo provvisto di un apparato buccale (**rostro**) in grado di penetrare la cute e succhiare il sangue degli ospiti (animali e uomo). L'attività delle zecche è strettamente legata ai valori di temperatura e umidità e in generale la loro attività si concentra nei mesi caldi.



Fai attenzione!  
Inizialmente le zecche sono talmente piccole che possono passare inosservate.



## DOVE VIVONO LE ZECCHE?

L'habitat preferito delle zecche è rappresentato da **ambienti ricchi di vegetazione erbosa e arbustiva**. La presenza delle zecche in montagna dipende essenzialmente dalla presenza di ospiti da parassitare sul territorio.

Le zecche non saltano e non volano sugli ospiti sui quali si nutrono, ma generalmente si portano sull'estremità delle piante erbacee o dei cespugli aspettando il passaggio di un animale al quale aggrapparsi (uomo incluso).

In zone con alte densità di animali al pascolo o di animali selvatici il rischio di incontrare le zecche è maggiore.



## CONTATTI UTILI

**ATS Bergamo** Presso le sedi territoriali di Piazza Brembana, Zogno, Bonate Sotto, Vilminore di Scalve, Lovere, Piario, Albino, Seriate, Trescore Balneario e Bergamo.

Per info: direzione.dpv@ats-bg.it

**Istituto Zooprofilattico Sperimentale della Lombardia**

Via P. Rovelli, 53 Bergamo

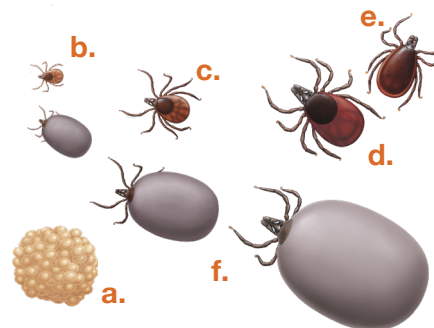
Per info: bergamo@izsler.it

Un progetto nato in collaborazione con



## CICLO BIOLOGICO

Il ciclo biologico delle zecche può compiersi su uno stesso ospite, oppure su due o tre ospiti diversi. Si sviluppa attraverso 4 stadi: **uovo**, **larva**, **ninfa** e **adulto**. Dopo la schiusa delle uova il passaggio allo stadio successivo richiede un **pasto di sangue** durante il quale la zecca rimane costantemente attaccata all'ospite per 2-7 giorni.



- a. uova
- b. larva
- c. ninfa
- d. femmina adulta
- e. maschio adulto
- f. dopo il pasto di sangue

## MALATTIE TRASMESSE DALLE ZECCHE?



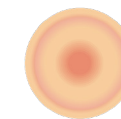
Le zecche sono in grado di trasmettere all'uomo agenti patogeni responsabili di alcune malattie. La puntura della zecca non è di per sé pericolosa per l'uomo, i rischi sanitari dipendono invece dalla possibilità di **contrarre infezioni trasmesse da questi animali** in qualità di vettori.

Possono trasmettere molti agenti patogeni di malattie dell'uomo e degli animali.

Le malattie più pericolose per l'uomo sono:

- **Malattia di Lyme** o Borreliosi
- **Encefalite da zecche (TBE)**

### SINTOMI DA NON SOTTOVALUTARE



eritema migrante



febbre



freddo



mal di testa



stanchezza