Influenza

L'influenza è un'infezione respiratoria causata da virus che circolano soprattutto durante i mesi autunnali e invernali. È una malattia molto diffusa che, nella maggior parte delle persone, guarisce spontaneamente nell'arco di alcuni giorni.

In alcuni casi, però, può provocare complicazioni anche gravi, soprattutto nelle persone anziane, nei bambini piccoli, nelle donne in gravidanza e in chi presenta determinate malattie croniche.

La vaccinazione rappresenta il principale strumento di prevenzione dell'influenza e delle sue complicanze. È importante ripeterla ogni anno, perché i virus influenzali cambiano nel tempo e la protezione fornita dal vaccino tende a diminuire.

Come si manifesta e come si trasmette?

L'influenza si manifesta generalmente con febbre, tosse, mal di gola, dolori muscolari, mal di testa e una sensazione di forte stanchezza. Nei bambini possono comparire anche disturbi gastrointestinali, come nausea, vomito o diarrea.

I sintomi possono essere simili a quelli di altre infezioni respiratorie, ma l'influenza può avere un andamento più impegnativo, soprattutto nelle persone fragili.

Tra le complicazioni più frequenti rientrano le infezioni respiratorie, come la polmonite, e il peggioramento di malattie già presenti, ad esempio quelle cardiache, respiratorie o metaboliche.

Il virus si trasmette principalmente attraverso le goccioline e le particelle respiratorie emesse quando una persona infetta parla, tossisce o starnutisce. Il contagio è favorito dai contatti ravvicinati, soprattutto negli ambienti chiusi e affollati.

Come possiamo prevenirla?

La vaccinazione è il modo più efficace per ridurre il rischio di influenza e delle sue complicanze.

Anche quando non impedisce completamente l'infezione, può contribuire a ridurre la probabilità di sviluppare forme gravi della malattia e di dover ricorrere al ricovero ospedaliero.

Accanto alla vaccinazione, è importante adottare alcune semplici precauzioni, come lavarsi frequentemente le mani, coprire bocca e naso quando si tossisce o starnutisce, arieggiare gli ambienti e limitare i contatti con altre persone quando si presentano sintomi respiratori.

Queste misure sono particolarmente utili per proteggere le persone più vulnerabili.

Chi può vaccinarsi gratuitamente in Toscana?

Per la stagione 2026–2027, la Regione Toscana prevede l'offerta gratuita della vaccinazione antinfluenzale per le categorie individuate dalle raccomandazioni ministeriali.

Tra queste rientrano:

- **Persone di età pari o superiore a 60 anni**, indipendentemente dalla presenza di malattie croniche.

- **Bambini dai 6 mesi ai 6 anni compresi**, per ridurre il rischio di influenza e delle sue possibili complicazioni.
- **Donne in gravidanza**, in qualsiasi trimestre, e nel periodo successivo al parto, comprese le donne che allattano.
- **Persone con malattie croniche**, come patologie respiratorie, cardiache, diabete, malattie renali, epatiche, oncologiche o condizioni di immunodepressione.
- **Ospiti delle strutture residenziali e di lungodegenza**, indipendentemente dall'età.
- **Operatori sanitari e sociosanitari**, compresi gli studenti che svolgono attività di tirocinio nelle strutture assistenziali.
- **Familiari e conviventi di persone ad alto rischio di complicanze**, anche quando queste ultime sono già vaccinate.
- **Donatori di sangue**.
- **Addetti ai servizi pubblici essenziali**, come forze di polizia e vigili del fuoco, e altre categorie professionali previste dalle indicazioni ministeriali.
- **Persone che lavorano a contatto con animali** che potrebbero trasmettere virus influenzali non umani, come allevatori, veterinari e operatori del settore zootecnico.

L'offerta gratuita comprende inoltre altre condizioni cliniche e professionali individuate annualmente dal Ministero della Salute.

Anche le persone che non appartengono a queste categorie possono valutare la vaccinazione con il proprio medico, secondo le modalità di accesso previste.

Quando viene effettuata la vaccinazione in Toscana?

La vaccinazione antinfluenzale viene proposta ogni anno, generalmente durante l'autunno, prima del periodo di maggiore circolazione dei virus influenzali.

Per la stagione 2026–2027, la campagna vaccinale in Toscana è iniziata secondo il seguente calendario:

- **7 ottobre 2026:** avvio della vaccinazione per gli ospiti delle Residenze Sanitarie Assistenziali (RSA).
- **14 ottobre 2026:** avvio dell'offerta per i bambini dai 6 mesi ai 6 anni e per le persone di età pari o superiore a 60 anni.
- **21 ottobre 2026:** estensione dell'offerta alle altre categorie previste dalle raccomandazioni ministeriali.

Il periodo autunnale è quello consigliato per vaccinarsi, ma la vaccinazione può essere utile anche successivamente, durante la stagione influenzale, soprattutto per le persone a rischio.

Quante dosi servono?

Per la maggior parte delle persone è sufficiente una dose di vaccino antinfluenzale ogni anno.

Nei bambini di età inferiore ai 9 anni che non sono mai stati vaccinati contro l'influenza, sono generalmente raccomandate due dosi, da somministrare a distanza di almeno quattro settimane.

Per i bambini che hanno già ricevuto una vaccinazione antinfluenzale nelle stagioni precedenti è normalmente sufficiente una dose annuale.

Il vaccino utilizzato viene scelto in base all'età e alle condizioni di salute della persona, secondo le raccomandazioni ministeriali e le indicazioni delle autorità sanitarie.

Perché dobbiamo vaccinarci ogni anno?

I virus influenzali possono modificarsi nel tempo. Per questo motivo, la composizione dei vaccini viene aggiornata periodicamente in base ai virus che si prevede circoleranno durante la stagione.

Inoltre, la protezione immunitaria tende a ridursi nei mesi successivi alla vaccinazione.

Ripetere la vaccinazione ogni anno permette quindi di mantenere una protezione più adeguata nei confronti dei virus influenzali circolanti.

La vaccinazione in gravidanza

L'influenza può comportare un rischio maggiore di complicanze durante la gravidanza, soprattutto a carico dell'apparato respiratorio.

La vaccinazione antinfluenzale è raccomandata e offerta gratuitamente in qualsiasi trimestre della gravidanza, durante la stagione influenzale.

La vaccinazione protegge la donna e contribuisce a proteggere anche il bambino nei primi mesi di vita, grazie al trasferimento degli anticorpi materni attraverso la placenta.

Il vaccino antinfluenzale inattivato è considerato sicuro durante la gravidanza e può essere somministrato anche durante l'allattamento.

Per le donne che partoriscono durante la stagione influenzale e non sono state vaccinate in gravidanza, è raccomandata la vaccinazione nel periodo successivo al parto.

Il vaccino è sicuro?

I vaccini antinfluenzali sono sottoposti a controlli di qualità, sicurezza ed efficacia prima dell'autorizzazione e vengono monitorati anche durante il loro utilizzo.

Gli effetti indesiderati più comuni comprendono dolore, arrossamento o gonfiore nel punto dell'iniezione. In alcuni casi possono comparire febbre lieve, dolori muscolari, mal di testa o stanchezza.

Questi disturbi sono generalmente lievi e si risolvono spontaneamente in breve tempo.

Le reazioni allergiche gravi sono molto rare.

I vaccini antinfluenzali inattivati non contengono virus in grado di provocare l'influenza.

Prima della vaccinazione è importante riferire al personale sanitario eventuali reazioni importanti a precedenti dosi, allergie conosciute o altre condizioni cliniche rilevanti.

Dove possiamo vaccinarci in Toscana?

In Toscana la vaccinazione antinfluenzale viene effettuata principalmente attraverso i Medici di Medicina Generale e i Pediatri di Libera Scelta.

Le persone di età pari o superiore a 60 anni possono inoltre rivolgersi alle farmacie convenzionate che aderiscono alla campagna vaccinale e hanno attivato il servizio.

Per gli ospiti delle RSA, la vaccinazione viene organizzata in collaborazione con i servizi sanitari territoriali.

Per informazioni sulle modalità di accesso, è possibile rivolgersi al proprio medico o ai servizi vaccinali delle Aziende USL toscane.

Recapiti e sedi degli ambulatori vaccinali sono disponibili sul sito:

www.vaccinarsintoscana.org/info-utili/ambulatori-vaccinali

Per approfondire

Regione Toscana – Calendario regionale di immunizzazione 2026, Decreto dirigenziale n. 7908/2026, Allegato A, §19.

https://www.regione.toscana.it/calendario-delle-vaccinazioni

Regione Toscana – Vaccinazione antinfluenzale 2026–2027.

https://www.regione.toscana.it/it/-/vaccinazione-antinfluenzale-2026/2027

Regione Toscana – Vaccinarsi contro l'influenza.

https://www.regione.toscana.it/-/vaccinarsi-contro-l-influenza

Ministero della Salute – Circolare n. 5134 del 23 giugno 2026, *Prevenzione e controllo dell'influenza: raccomandazioni per la stagione 2026–2027*.

Istituto Superiore di Sanità – EpiCentro – Influenza: raccomandazioni ministeriali.

https://www.epicentro.iss.it/influenza/raccomandazioni-ministero

Ultimo aggiornamento: novembre 2026.