

RECOMMANDATIONS DE SANTÉ PUBLIQUE POUR LES VOYAGEURS PARTICIPANT AU JUBILÉ 2025

Quelques règles simples pour protéger votre santé et votre bien-être.



Pour assister à l'événement en toute sécurité, assurez-vous d'être protégé : **vérifiez que vous êtes vacciné** contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (RPM), la coqueluche, le tétanos, la diphtérie, la poliomyélite, le Covid-19 ou d'autres maladies. Vérifiez et suivez le programme de vaccination de votre pays.



Vous n'êtes pas vacciné ?
Consultez votre médecin et commencez le cycle de vaccination au moins deux semaines avant le voyage.



Si vous avez besoin d'une **assistance médicale d'urgence**, appelez le **118**.
Si vous avez besoin d'un **médecin**, appelez le service de permanence des soins (Guardia Medica) au numéro **+39 116117**.

DÉPARTEMENT DE PRÉVENTION ASL Roma 1

Service d'Hygiène et de
Santé Publique (SISP)
Santa Maria della Pietà
Pavillon 90



INFECTIONS RESPIRATOIRES

Ce sont des infections assez courantes, mais qui peuvent parfois évoluer vers des formes graves, notamment chez les personnes âgées, chez les personnes atteintes de maladies chroniques, les femmes enceintes et les enfants.

Pour se protéger des **infections respiratoires** :

- évitez tout contact rapproché avec des personnes malades ;
- lavez ou nettoyez les mains fréquemment ;
- évitez de vous toucher les yeux, le nez ou la bouche

En cas de **toux, fièvre ou mal de gorge** :

- restez à la maison ou à l'hôtel et limitez le contact avec les autres ;
- lavez les mains fréquemment ;
- nettoyez les surfaces et les objets que vous touchez fréquemment ;
- aérez les pièces ;
- si vous sortez, portez un masque FFP2, notamment dans les lieux très fréquentés comme les transports en commun : vous protégerez les personnes les plus vulnérables et vous limiterez la propagation de l'infection.



SÉCURITÉ ALIMENTAIRE ET HYDRIQUE

À Rome, vous pouvez boire l'eau du robinet en toute sécurité. En été, la chaleur et l'humidité favorisent la **prolifération de bactéries dans les aliments**. Bien que de nombreux troubles d'origine alimentaire sont légers, certains peuvent être plus graves, voire mortels.

Pour se protéger des **maladies d'origine alimentaire** :

- mangez des aliments bien cuits et lavez toujours les fruits et légumes ou les éplucher avant de les consommer ;
- ne pas manger des aliments cuits ou périssables laissés à température ambiante pendant plus de deux heures, notamment en cas de canicule ;
- lavez-vous souvent les mains, surtout avant de toucher la nourriture et après être allé aux toilettes. Utiliser de l'eau savonneuse est la meilleure solution, mais avoir avec vous un désinfectant pour les mains est une bonne option si vous l'utilisez souvent.



MALADIES TRANSMISES PAR LES INSECTES

Les moustiques peuvent transmettre des maladies graves telles que la dengue, le chikungunya, le Zika, le virus du Nil occidental et d'autres encore.

Le changement climatique et l'augmentation des voyages internationaux favorisent la propagation de ces maladies. Les **moustiques tigres**, très répandus en Italie, sont actifs principalement pendant la journée et peuvent transmettre ces maladies.

Pour réduire le risque de contracter **des maladies transmises par les moustiques** pendant votre séjour en Italie :

- portez des vêtements légers et respirants qui couvrent la majeure partie du corps (manches longues et pantalons) ;
- utilisez les répulsifs anti-moustiques en suivant toujours les instructions et en appliquant d'abord, si nécessaire, de la crème solaire ;
- dormez dans une chambre climatisée ou ventilée et utilisez des moustiquaires pour les lits des enfants.

En cas de **forte fièvre, de maux de tête intenses, de douleurs oculaires, musculaires et articulaires, de nausées, de vomissements, des glandes enflées ou d'éruption cutanée**, consultez immédiatement un médecin et informez-le de vos antécédents de voyage.