

OPUSCOLO INFORMATIVO COVID-19 (agg. al 06/11/2020)

Fonte: Ministero della salute – <http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>

Che cos'è un Coronavirus?

I coronavirus (CoV) sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate, dal comune raffreddore a sindromi respiratorie come la MERS (sindrome respiratoria mediorientale, Middle East respiratory syndrome) e la SARS (sindrome respiratoria acuta grave, Severe acute respiratory syndrome). Sono chiamati così per le punte a forma di corona che sono presenti sulla loro superficie.

I coronavirus sono comuni in molte specie animali (come i cammelli e i pipistrelli) ma in alcuni casi, se pur raramente, possono evolversi e infettare l'uomo per poi diffondersi nella popolazione. Un nuovo coronavirus è un nuovo ceppo di coronavirus che non è stato precedentemente mai identificato nell'uomo. In particolare quello denominato provvisoriamente all'inizio dell'epidemia 2019-nCoV, non è mai stato identificato prima di essere segnalato a Wuhan, Cina a dicembre 2019.

Nella prima metà del mese di febbraio l'International Committee on Taxonomy of Viruses (ICTV), che si occupa della designazione e della denominazione dei virus (ovvero specie, genere, famiglia, ecc.), ha assegnato al nuovo coronavirus il nome definitivo: "Sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2" (SARS-CoV-2). Ad indicare il nuovo nome sono stati un gruppo di esperti appositamente incaricati di studiare il nuovo ceppo di coronavirus. Secondo questo pool di scienziati il nuovo coronavirus è fratello di quello che ha provocato la Sars (SARS-CoVs), da qui il nome scelto di SARS-CoV-2.

Il nuovo nome del virus (SARS-Cov-2) sostituisce quello precedente (2019-nCoV).

Sempre nella prima metà del mese di febbraio (precisamente l'11 febbraio) l'OMS ha annunciato che la malattia respiratoria causata dal nuovo coronavirus è stata chiamata COVID-19. La nuova sigla è la sintesi dei termini CO-rona VI-rus D-isease e dell'anno d'identificazione, 2019.

Sintomi

I sintomi di COVID-19 variano sulla base della gravità della malattia, dall'assenza di sintomi (essere asintomatici) a presentare febbre, tosse, mal di gola, debolezza, affaticamento e dolore muscolare e nei casi più gravi, polmonite, sindrome da distress respiratorio acuto, sepsi e shock settico, che potenzialmente portano alla morte.

I sintomi più comuni di COVID-19 sono:

- febbre $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$ e brividi
- tosse di recente comparsa
- difficoltà respiratorie
- perdita improvvisa dell'olfatto (anosmia) o diminuzione dell'olfatto (iposmia), perdita del gusto (ageusia) o alterazione del gusto (disgeusia)
- raffreddore o naso che cola
- mal di gola
- diarrea (soprattutto nei bambini).

Trasmissione

Le attuali evidenze suggeriscono che il SARS-CoV-2 si diffonde da persona a persona:

- in modo diretto
- in modo indiretto (attraverso oggetti o superfici contaminati)
- per contatto stretto con persone infette attraverso secrezioni della bocca e del naso (saliva, secrezioni respiratorie o goccioline droplet).

Quando una persona malata tossisce, starnutisce, parla o canta, queste secrezioni vengono rilasciate dalla bocca o dal naso. Le persone che sono a contatto stretto (distanza inferiore di 1 metro) con una persona infetta possono contagiarsi se le goccioline droplet entrano nella bocca, naso o occhi.

Misure preventive sono pertanto quelle di mantenere una distanza fisica di almeno un metro, lavarsi frequentemente le mani e indossare la mascherina.

Le persone malate possono rilasciare goccioline infette su oggetti e superfici (chiamati fomiti) quando starnutiscono, tossiscono o toccano superfici (tavoli, maniglie, corrimano). Toccando questi oggetti o superfici, altre persone possono contagiarsi toccandosi occhi, naso o bocca con le mani contaminate (non ancora lavate).

Questo è il motivo per cui è essenziale lavarsi correttamente e regolarmente le mani con acqua e sapone o con un prodotto a base alcolica e pulire frequentemente le superfici.

Cosa di sa della trasmissione per aerosol?

Alcune procedure mediche possono produrre goccioline droplet molto piccole (chiamate nuclei di goccioline aerosolizzate o aerosol) che sono in grado di rimanere a lungo sospese nell'aria. Quando tali procedure mediche vengono condotte su persone COVID-19 positive in strutture sanitarie, questi aerosol possono contenere SARS-CoV-2. Le goccioline di aerosol possono potenzialmente essere inalate da altre persone se non indossano adeguati dispositivi di protezione individuale. Pertanto, è essenziale che tutti gli operatori sanitari che eseguono queste procedure mediche adottino specifiche misure di protezione respiratoria, compreso l'uso di adeguati dispositivi di protezione individuale. Nelle aree in cui tali procedure mediche vengono eseguite non dovrebbero essere autorizzati visitatori.

Sono stati segnalati focolai COVID-19 in alcuni ambienti chiusi, quali ristoranti, locali notturni, luoghi di culto e di lavoro in cui le persone possono urlare, parlare o cantare. In questi focolai, non è possibile escludere la trasmissione per aerosol, in particolare in luoghi chiusi, affollati e poco ventilati in cui le persone infette trascorrono lunghi periodi di tempo con gli altri. Sono necessari ulteriori studi per indagare su tali episodi e valutarne l'importanza per la trasmissione del virus.

Quando una persona è contagiosa?

Il periodo infettivo può iniziare uno o due giorni prima della comparsa dei sintomi, ma è probabile che le persone siano più contagiose durante il periodo sintomatico, anche se i sintomi sono lievi e molto aspecifici. Si stima che il periodo infettivo duri 7-12 giorni nei casi moderati e in media fino a due settimane nei casi gravi.

Trattamento

Allo stato attuale, non esiste un trattamento specifico per la malattia causata dal nuovo coronavirus.

Il trattamento resta principalmente basato su un approccio sintomatico, fornendo terapie di supporto (ad es. ossigenoterapia, gestione dei fluidi) alle persone infette, che può essere molto efficace.

Sono in corso diverse sperimentazioni cliniche per il trattamento della malattia COVID-19. L'Agenzia italiana del farmaco (AIFA) fornisce sul proprio sito informazioni riguardo ai farmaci che vengono resi disponibili per i pazienti COVID-19.

Prevenzione

Ecco le misure da adottare:

- Evitare il contatto ravvicinato con persone infette. Assicurare una distanza fisica di almeno 1 metro dagli altri. È obbligatorio avere sempre con sé le mascherine. Queste dovranno essere indossate nei luoghi al chiuso diversi dalle abitazioni private e anche in tutti i luoghi all'aperto, ad eccezione dei casi in cui, per le caratteristiche del luogo o per le circostanze di fatto, sia garantita in modo continuativo la condizione di isolamento rispetto a persone non conviventi. È fortemente raccomandato l'uso dei dispositivi di protezione delle vie respiratorie anche all'interno delle abitazioni private in presenza di persone non conviventi.
- Identificare precocemente le persone infette in modo che possano essere isolate e curate e che tutti i loro contatti stretti possano essere messi in quarantena.
- Lavarsi spesso le mani.
- Evitare i luoghi affollati, gli ambienti chiusi con scarsa ventilazione e la distanza ravvicinata.
- Garantire una buona ventilazione di ambienti chiusi, inclusi abitazioni e uffici.
- Evitare abbracci e strette di mano.

- Starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie.
- Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva.
- Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
- Non assumere farmaci antivirali e antibiotici, se non prescritti dal medico.
- Pulire le superfici con acqua e sapone o comuni detergenti neutri per rimuovere lo sporco e poi disinfettarle con soluzioni a base di ipoclorito di sodio (candeggina/varechina) o alcol adeguatamente diluite.

Se si presentano febbre, tosse o difficoltà respiratorie e si sospetta di essere stato in stretto contatto con una persona affetta da malattia respiratoria Covid-19:

- **restare in casa, non recarsi al pronto soccorso o presso gli studi medici ma telefonare al medico di famiglia, al pediatra o alla guardia medica, oppure chiamare il numero verde regionale (per la Toscana è 800 55 60 60). Utilizzare i numeri di emergenza 112/118 solo in caso di peggioramento dei sintomi o difficoltà respiratoria.**

Quanto tempo sopravvive il nuovo Coronavirus sulle superfici?

Le evidenze scientifiche al momento disponibili indicano che il tempo di sopravvivenza del virus sulle superfici vari in relazione al tipo di superficie considerata. Il recente rapporto dell'Istituto superiore di sanità riguardo le raccomandazioni sulla sanificazione di strutture non sanitarie nell'attuale emergenza COVID-19 (superfici, ambienti interni e abbigliamento) e la circolare 22 maggio 2020 del ministero della Salute riportano i tempi di rilevazione di particelle virali sulle superfici più comuni, variabili da alcune ore (come ad es. sulla carta) fino a diversi giorni (come sulla plastica e l'acciaio inossidabile).

Tuttavia, bisogna considerare che i dati finora disponibili, essendo generati da condizioni sperimentali, devono essere interpretati con cautela, tenendo anche conto del fatto che la presenza di RNA virale non indica necessariamente che il virus sia vitale e potenzialmente infettivo.

L'utilizzo di semplici disinfettanti è in grado di uccidere il virus annullando la sua capacità di infettare le persone, per esempio disinfettanti contenenti alcol (etanolo) o ipoclorito di sodio (candeggina/varechina).

Ricorda di pulire gli oggetti che usi frequentemente (telefono cellulare, auricolari, microfono) prima con acqua e sapone o altri detergenti neutri e poi disinfettarli con prodotti a base di ipoclorito di sodio (candeggina/varechina) o etanolo (alcol), tenendo conto delle indicazioni fornite dal produttore.

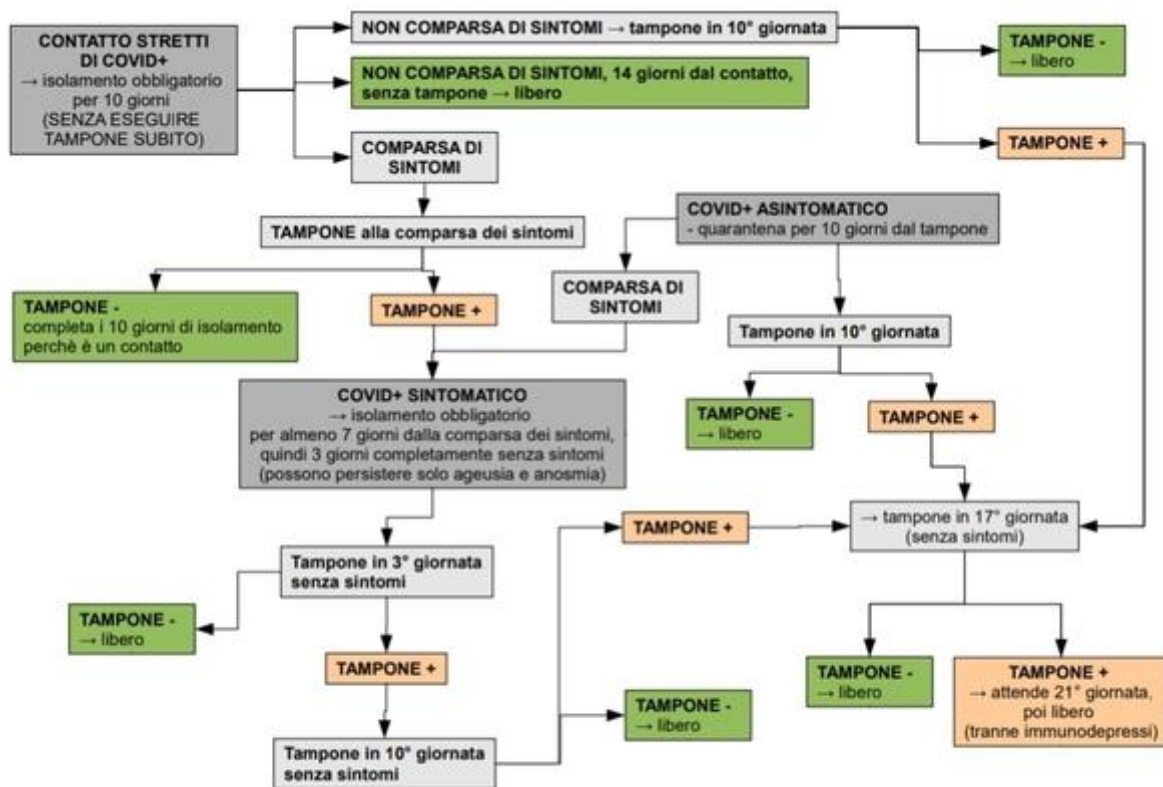
Qual è la definizione di contatto stretto?

Il "Contatto stretto" (esposizione ad alto rischio) di un caso probabile o confermato è definito come:

- una persona che vive nella stessa casa di un caso COVID-19
- una persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un caso COVID-19 (per esempio la stretta di mano)
- una persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso COVID-19 (ad esempio toccare a mani nude fazzoletti di carta usati)
- una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un caso COVID-19, a distanza minore di 2 metri e di almeno 15 minuti
- una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (ad esempio aula, sala riunioni, sala d'attesa dell'ospedale) con un caso COVID-19 in assenza di DPI idonei
- un operatore sanitario o altra persona che fornisce assistenza diretta ad un caso COVID-19 oppure personale di laboratorio addetto alla manipolazione di campioni di un caso COVID-19 senza l'impiego dei DPI raccomandati o mediante l'utilizzo di DPI non idonei
- una persona che ha viaggiato seduta in treno, aereo o qualsiasi altro mezzo di trasporto entro due posti in qualsiasi direzione rispetto a un caso COVID-19; sono contatti stretti anche i compagni di viaggio e il personale addetto alla sezione dell'aereo/treno dove il caso indice era seduto.

Gli operatori sanitari, sulla base di valutazioni individuali del rischio, possono ritenere che alcune persone, a prescindere dalla durata e dal setting in cui è avvenuto il contatto, abbiano avuto un'esposizione ad alto rischio.

Come gestire un contatto stretto di un caso COVID-19?



Comunicato stampa Dip. Protezione Civile, Presidenza Consiglio dei Ministri, 11/10/2020

Numeri Utili

Oltre al numero verde della Regione Toscana (**800 55 60 60**), è stato attivato Il numero di pubblica utilità 1500 (attivo 24 ore su 24) per rispondere alle domande dei cittadini sul nuovo Coronavirus 2019-nCoV.

Il numero della AUSL Toscana centro (Firenze, Prato, Pistoia, Empoli) per segnalare contatti stretti con casi confermati, attivo dalle 8:00 alle 20:00 e dalle 20.00 alle 8.00 con casella di segreteria è invece il seguente **055 5454777**.

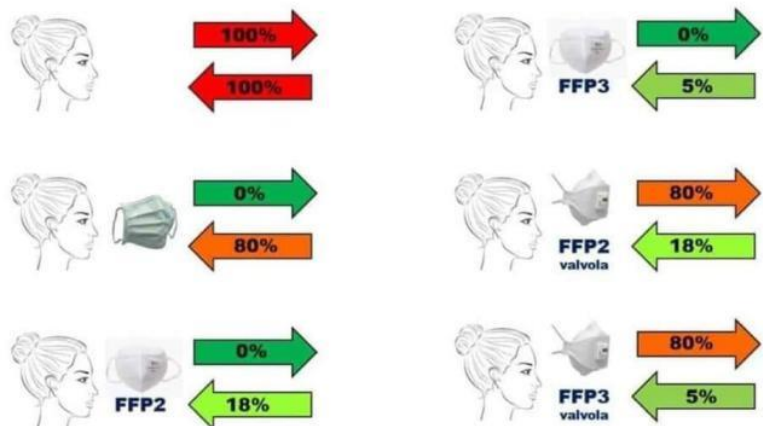
Informazioni sempre aggiornate e attendibili sul nuovo Coronavirus possono essere trovate sul sito dedicato: www.salute.gov.it/nuovocoronavirus realizzato dal Ministero della Salute.

Quando bisogna indossare la mascherina?

È obbligatorio avere sempre con sé le mascherine. Queste dovranno essere indossate nei luoghi al chiuso diversi dalle abitazioni private e anche in tutti i luoghi all'aperto, ad eccezione dei casi in cui, per le caratteristiche del luogo o per le circostanze di fatto, sia garantita in modo continuativo la condizione di isolamento rispetto a persone non conviventi.

È fortemente raccomandato l'uso dei dispositivi di protezione delle vie respiratorie anche all'interno delle abitazioni private in presenza di persone non conviventi.

Sono fatti salvi i protocolli e linee-guida



RIEPILOGO PROTEZIONE MASCHERINE

anti-contagio previsti per le attività economiche, produttive, amministrative e sociali. Nei luoghi di lavoro continuano, quindi, ad applicarsi le vigenti regole di sicurezza. Fatte salve anche le linee guida per il consumo di cibi e bevande.

Restano esclusi dall'obbligo di indossare la mascherina i bambini di età inferiore ai sei anni, le persone con patologie o disabilità incompatibili con l'uso della mascherina e coloro che, per interagire con questi ultimi, versino nella stessa incompatibilità. Inoltre, l'uso della mascherina non sarà obbligatorio durante lo svolgimento dell'attività sportiva.

In comunità possono essere utilizzate mascherine monouso o mascherine lavabili, anche auto-prodotte, in materiali multistrato idonei a fornire un'adeguata barriera e, al contempo, che garantiscano comfort e respirabilità, forma e aderenza adeguate, che permettano di coprire dal mento al di sopra del naso.

Non è utile indossare più mascherine chirurgiche sovrapposte. L'uso razionale delle mascherine chirurgiche è importante per evitare inutili sprechi di risorse preziose.

Misure specifiche da rispettare nell'Istituto

L'Istituto ha adottato il protocollo per l'attuazione delle ulteriori misure precauzionali e di contrasto alla diffusione del contagio da COVID-19 negli ambienti di lavoro che viene messo a disposizione di tutti i lavoratori. Si riportano tuttavia di seguito alcune delle principali misure di prevenzione da rispettare:

1 -Per lo spostamento dal proprio domicilio al posto di lavoro e viceversa, sui mezzi pubblici è fatto obbligo di usare la mascherina ed è raccomandato l'uso di guanti protettivi monouso o la pulizia/sanificazione delle mani prima e dopo l'utilizzo degli stessi. Ove possibile, è consigliato anche l'uso dei mezzi della mobilità sostenibile individuale o di coppia (bicicletta e mezzi elettrici).

Nel caso dell'auto privata con due persone si raccomanda l'utilizzo della mascherina.

2- Qualora vi sia stato contatto con soggetti risultati positivi al COVID-19 negli ultimi 14 giorni o in presenza di febbre o altri sintomi influenzali, suggestivi di COVID-19 è fatto divieto di recarsi sul posto di lavoro ed è obbligatorio rimanere al proprio domicilio.

Qualora durante la permanenza a scuola si presentassero i sintomi di cui sopra è obbligatorio informare immediatamente il Datore di lavoro e rimanere ad adeguata distanza dalle persone presenti.

3 - Prima dell'accesso al posto di lavoro è necessario detergersi accuratamente le mani, utilizzare la mascherina protettiva e, ove richiesto dall'attività, utilizzare guanti monouso. La frequente e minuziosa pulizia delle mani è raccomandata in più momenti dell'attività lavorativa.

Il datore di lavoro ha installato nei luoghi di lavoro idonei e diffusi dispenser per detergere le mani, inoltre, ha fornito mascherine protettive ed eventualmente guanti e visiere di protezione. Qualora non fosse reperibile il gel detergente, effettuare il normale lavaggio con acqua e sapone.

4 - In merito all'utilizzo di mascherine e DPI si deve far riferimento alle disposizioni normative e al Protocollo dell'Istituto, che a causa dell'andamento epidemiologico sono in continua evoluzione.

5 – Si raccomanda sempre di mantenere la distanza di sicurezza, osservare le regole di igiene delle mani e tenere comportamenti corretti sul piano dell'igiene.



Modalità di corretto utilizzo dei dispositivi di protezione individuale

COME DEVO METTERE E TOGLIERE LA MASCHERINA CHIRURGICA? ECCO COME FARE:

Prima di indossare la mascherina

- lavare le mani con acqua e sapone per almeno 40-60 secondi o eseguire l'igiene delle mani con soluzione alcolica per almeno 20-30 secondi
- indossare la mascherina toccando solo gli elastici o i legacci e avendo cura di non toccare la parte interna
- posizionare correttamente la mascherina facendo aderire il ferretto superiore al naso e portandola sotto il mento

- accertarsi di averla indossata nel verso giusto (ad esempio nelle mascherine chirurgiche la parte colorata è quella esterna).

Durante l'uso

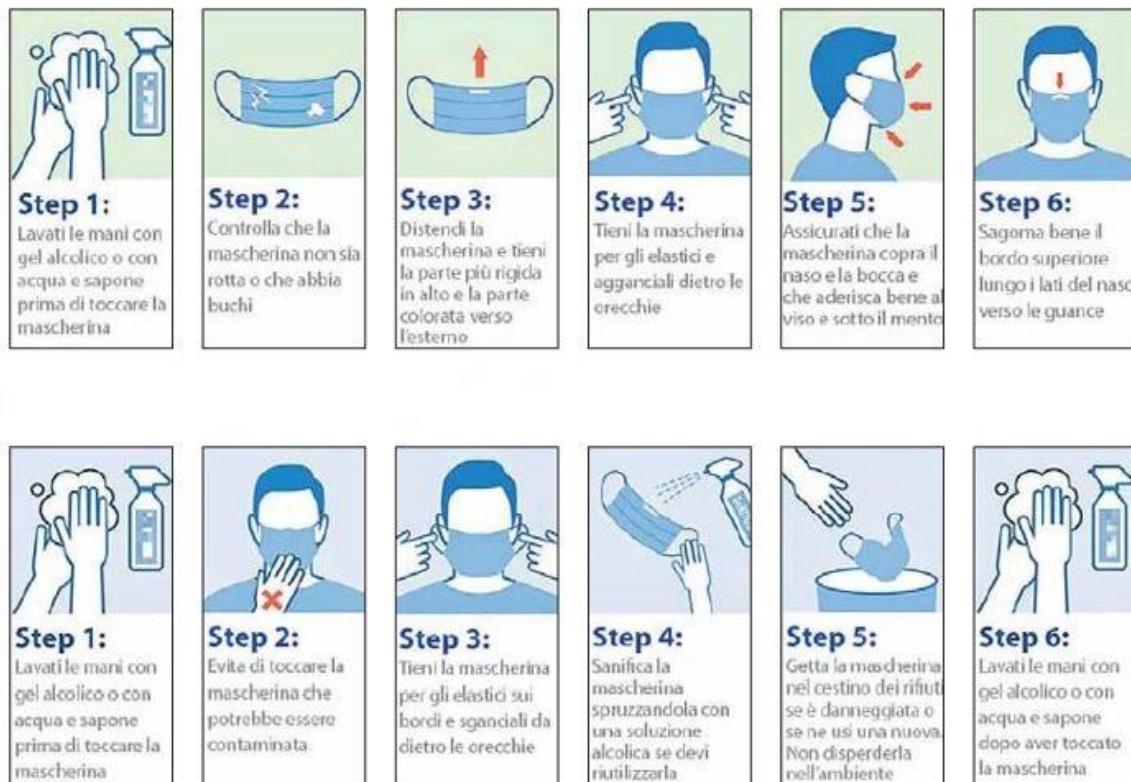
- se si deve spostare la mascherina manipolarla sempre utilizzando gli elastici o i legacci
- se durante l'uso si tocca la mascherina, si deve ripetere l'igiene delle mani
- non riporre la mascherina in tasca e non poggiarla su mobili o ripiani.

Quando si rimuove

- manipolare la mascherina utilizzando sempre gli elastici o i legacci
- lavare le mani con acqua e sapone o eseguire l'igiene delle mani con una soluzione alcolica

Nel caso di mascherine riutilizzabili

- procedere alle operazioni di lavaggio a 60°C con comune detersivo o secondo le istruzioni del produttore, se disponibili; talvolta i produttori indicano anche il numero massimo di lavaggi possibili senza riduzione della performance della mascherina
- dopo avere maneggiato una mascherina usata, effettuare il lavaggio o l'igiene delle mani.



Che differenza c'è tra le cosiddette mascherine di comunità e le mascherine chirurgiche?

Le **mascherine chirurgiche** sono le mascherine a uso medico, sviluppate per essere utilizzate in ambiente sanitario e certificate in base alla loro capacità di filtraggio. Rispondono alle caratteristiche richieste dalla norma UNI EN ISO 14683-2019 e funzionano impedendo la trasmissione.

Le **mascherine di comunità** hanno lo scopo di ridurre la circolazione del virus nella vita quotidiana e non sono soggette a particolari certificazioni. Non devono essere considerate né dispositivi medici, né dispositivi di protezione individuale, ma una misura igienica utile a ridurre la diffusione del virus SARS-COV-2.

COME DEVO METTERE E TOGLIERE LA MASCHERINA FILTRANTE? ECCO COME FARE:

- prima di indossare la mascherina, lavati le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica,

- copri bocca e naso con la mascherina assicurandoti che sia integra e che aderisca bene al volto,
- evita di toccare la mascherina mentre la indossi, se la tocchi, lavati le mani,
- quando diventa umida, sostituiscila con una nuova e non riutilizzarla in quanto maschere mono-uso,
- toglila la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina;
- gettala immediatamente in un sacchetto chiuso e lavati le mani.



COME DEVO METTERE E TOGLIERE I GUANTI? ECCO COME FARE:

Indossare i guanti:

- Lavare prima le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica
- Evitare l'eccessivo stiramento
- Verificare che non siano troppo stretti o eccessivamente larghi sui polpastrelli o sul palmo della mano

Rimozione dei guanti:

- Rimuovere un guanto partendo dal polsino
- Tenerlo nella mano rimasta guantata
- Con la mano libera rimuovere il secondo guanto prendendolo all'interno
- Infilare il primo guanto all'interno del secondo



Dopo l'uso:

- Smaltire i guanti in un sacchetto chiuso
- Non riutilizzarli e non lavarli
- Lavarsi le mani

**UN'ULTIMA COSA, NON TI OFFENDERE!
SAI ESATTAMENTE COSA SIGNIFICA "LAVARSI LE MANI"?**



Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!



Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



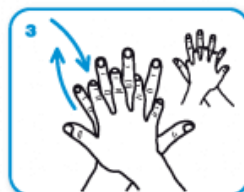
Bagna le mani con l'acqua



applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



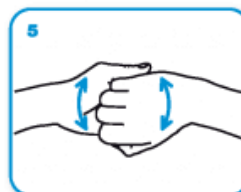
friziona le mani palmo contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



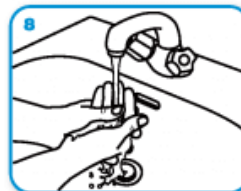
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE
for PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.

October 2006, version 1.



All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Image: www.hug.ch/medica

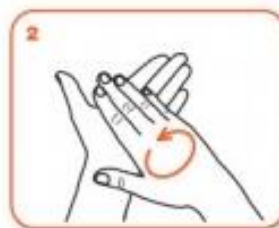
Come **frizionare** le mani con la soluzione alcolica?

**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**

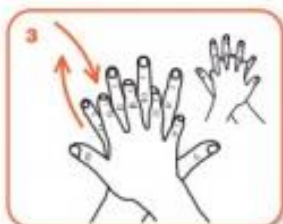
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



1a Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



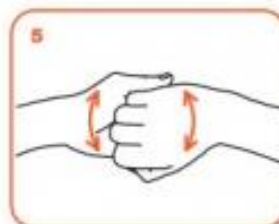
2 frizionare le mani palmo contro palmo



3 il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



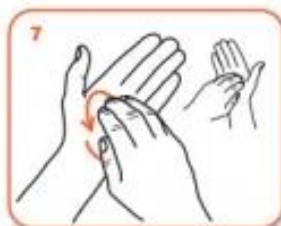
4 palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



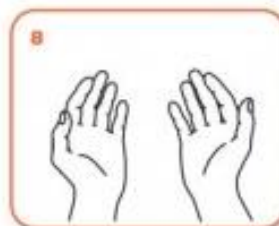
5 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



6 frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



7 frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



8 ...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.