

INFORMATIVA COVID-19

Fonte: Ministero della Salute – www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

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 più comuni di un'infezione da coronavirus nell'uomo includono febbre, tosse, difficoltà respiratorie. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave, insufficienza renale e persino la morte. In particolare:

- I coronavirus umani comuni di solito causano malattie del tratto respiratorio superiore da lievi a moderate, come il comune raffreddore, che durano per un breve periodo di tempo. I sintomi possono includere:
 - Naso che cola;
 - Mal di testa;
 - Tosse;
 - Gola infiammata;
 - Febbre;
 - Una sensazione generale di malessere.

Come altre malattie respiratorie, l'infezione da nuovo coronavirus può causare sintomi lievi come raffreddore, mal di gola, tosse e febbre, oppure sintomi più severi quali polmonite e difficoltà

respiratorie. Raramente può essere fatale. Le persone più suscettibili alle forme gravi sono gli anziani e quelle con malattie pre-esistenti, quali diabete e malattie cardiache.

Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza è possibile, in caso di sospetto, effettuare esami di laboratorio per confermare la diagnosi. Sono a rischio di infezione le persone che vivono o che hanno viaggiato in aree infette dal nuovo coronavirus.

Se presenti sintomi come quelli descritti, informa immediatamente il datore di lavoro se ti trovi al lavoro. Se ti trovi a casa, informa telefonicamente il datore di lavoro prima di recarti sul posto.

Trasmissione

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro delle persone infette ad esempio tramite:

- La saliva, tossendo e starnutendo;
- Contatti diretti personali;
- Le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate (non ancora lavate) bocca, naso o occhi.

In rari casi il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale.

Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto fra alimenti crudi e cotti.

Nuovo coronavirus: il punto sui meccanismi di trasmissione

Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che sviluppino sintomi.

Il periodo di incubazione varia tra 2 e 12 giorni; 14 giorni rappresentano il limite massimo di precauzione.

La via di trasmissione da temere è soprattutto quella respiratoria, non quella da superfici contaminate. E' comunque sempre utile ricordare l'importanza di una corretta igiene delle superfici e delle mani. Anche l'uso di detergenti a base di alcol è sufficiente a uccidere il virus. Per esempio disinfettanti contenenti alcol (etanolo) al 75% o a base di cloro all'1% (candeggina).

Le malattie respiratorie normalmente non si trasmettono con gli alimenti. Anche qui il rispetto delle norme igieniche è fondamentale.

Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto tra alimenti crudi e cotti.

Utilizzo corretto della mascherina

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se sospetti di aver contratto il nuovo Coronavirus e presenti sintomi quali tosse o starnuti o se ti prendi cura di una persona con sospetta infezione da nuovo Coronavirus. L'uso della mascherina aiuta a limitare la diffusione del virus ma deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene respiratoria e delle mani. Non è utile indossare più mascherine sovrapposte. L'uso razionale delle mascherine è importante per evitare inutili sprechi di risorse preziose.

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 queste maschere sono mono-uso;
- Togli la mascherina prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina; gettala immediatamente in un sacchetto chiuso e lavati le mani.

Trattamento

Non esiste un trattamento specifico per la malattia causata da un nuovo coronavirus e non sono disponibili, al momento, vaccini per proteggersi dal virus. Il trattamento è basato sui sintomi del paziente e la terapia di supporto può essere molto efficace. Terapie specifiche e vaccini sono in fase di studio.

Prevenzione

È possibile ridurre il rischio di infezione, proteggendo se stessi e gli altri, seguendo le principali norme di igiene, collaborando all'attuazione delle misure di isolamento e quarantena in caso di contagio, seguendo le indicazioni delle autorità sanitarie.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se sospetti di aver contratto il nuovo coronavirus e presenti sintomi quali tosse o starnuti o se ti prendi cura di una persona con sospetta infezione da nuovo coronavirus.

Proteggi te stesso e gli altri

Mantieniti informato sulla diffusione dell'epidemia, disponibile sul sito dell'OMS (www.who.int) e sul sito del ministero (www.salute.gov.it) e adotta le seguenti misure di protezione personale:

- Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con soluzioni a base di alcol per eliminare il virus dalle tue mani;
- Mantieni una certa distanza – almeno due metri – dalle altre persone, in particolare quando tossiscono o starnutiscono o se hanno la febbre, perché il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso col respiro a distanza ravvicinata;

- Evita di toccarti occhi, naso e bocca con le mani se presenti febbre, tosse o difficoltà respiratorie;

Se presenti febbre, tosse o difficoltà respiratorie e sospetti di essere stato in stretto contatto con una persona affetta da malattia respiratoria covid-19:

- Rimani in casa, non recarti al pronto soccorso o presso gli studi medici ma chiama al telefono il tuo medico di famiglia, il tuo pediatra o la guardia medica. Oppure chiama il numero verde regionale (800.19.20.20) o il numero di pubblica utilità attivato dal Ministero (1500). Utilizza i numeri di emergenza 112/118 soltanto se strettamente necessario.

Ricorda che per tutte le persone che rientrano dai viaggi dalle zone a rischio negli ultimi 14 giorni c'è obbligo di isolamento domiciliare fiduciario e di comunicazione al Dipartimento di prevenzione della propria ASL.

Gli antibiotici non sono efficaci contro il COVID-19, perché funzionano unicamente contro le infezioni batteriche

In caso di viaggi

Il Ministero degli Affari Esteri raccomanda di posticipare i viaggi non necessari in Cina e di evitare tutti i viaggi nella provincia di Hubei. Si raccomanda anche di evitare viaggi e spostamenti non necessari nelle città di Daegu e Cheongdo (provincia del Gyeongsang) in Corea del Sud, a causa dell'incremento dei casi di COVID-19 in queste aree. Coloro che si trovassero già in queste città devono seguire le indicazioni delle autorità locali.

Secondo il DPCM del 1 marzo 2020, chiunque abbia fatto ingresso in Italia, a partire dal quattordicesimo giorno antecedente il 2 marzo 2020, dopo aver soggiornato **in zone a rischio epidemiologico**, come identificate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, o sia transitato o **abbia sostato nei comuni della "zona rossa"** (Bertonico; Casalpusterlengo; Castelgerundo; Castiglione D'Adda; Codogno; Fombio; Maleo; San Fiorano; Somaglia; Terranova dei Passerini; Vo'), deve **comunicare tale circostanza al dipartimento di prevenzione dell'azienda sanitaria competente per territorio** nonché al proprio medico di medicina ovvero al pediatra di libera scelta.

Normativa di riferimento

D.P.C.M. 4 marzo 2020

DPCM 1 marzo 2020



Ministero della Salute

nuovo coronavirus



Istituto Superiore di Sanità

Dieci comportamenti da seguire

- 1 Lavati spesso le mani
- 2 Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- 3 Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- 4 Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci
- 5 Non prendere farmaci antivirali né antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico
- 6 Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- 7 Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o assisti persone malate
- 8 I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
- 9 Contatta il **numero verde 1500** se hai febbre o tosse e sei tornato dalla Cina da meno di 14 giorni
- 10 Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus

Testi rielaborati dalla Task Force Comunicazione ISS su fonti di: OMS, ECDC e ISS

© Istituto Superiore di Sanità • Marzo 2020

Lavarsi le mani: istruzioni per l'uso

Lavarsi correttamente le mani aiuta a prevenire la diffusione del virus e diminuisce il rischio di ammalarsi. Vediamo insieme come farlo:

Lavaggio con soluzione alcolica

1. Versa nel palmo della mano una quantità sufficiente a coprire tutta la superficie delle mani;
2. Friziona le mani palmo contro palmo;
3. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro incrociando le dita tra loro e viceversa;
4. Friziona bene palmo contro palmo;
5. Friziona bene i dorsi delle mani con le dita;
6. Friziona il pollice destro tenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa;
7. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa;
8. Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti l'operazione per il polso destro;
9. Asciuga bene le mani.

Lavaggio con acqua e sapone

1. Bagna bene le mani con l'acqua;
2. Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani;
3. Friziona bene le mani palmo contro palmo;
4. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro incrociando le dita tra loro e viceversa;
5. Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro;
6. Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della mano sinistra;
7. Friziona il pollice destro tenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa;
8. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa;
9. Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua;
10. Asciuga le mani con una salvietta monouso;
11. Utilizza la salvietta per chiudere il rubinetto e gettala negli appositi contenitori.

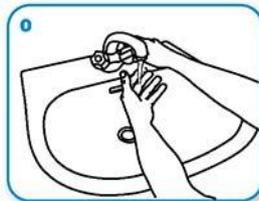
Guarda attentamente la sequenza della pagina successiva.

Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

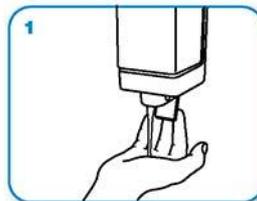
LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!



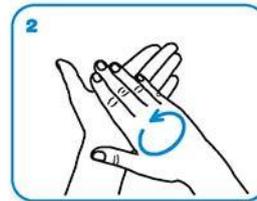
Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



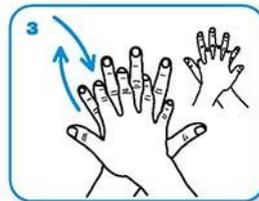
Bagna le mani con l'acqua



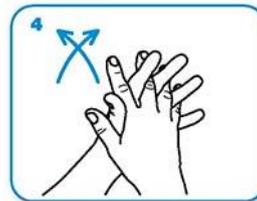
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



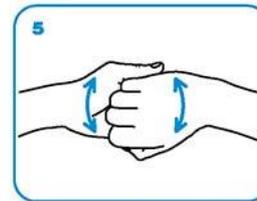
friziona le mani palmo contro palmo



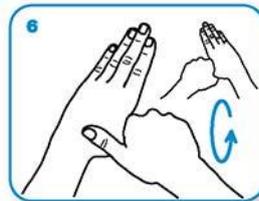
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



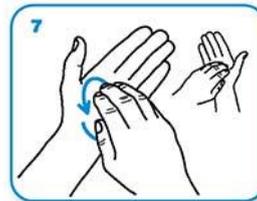
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



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



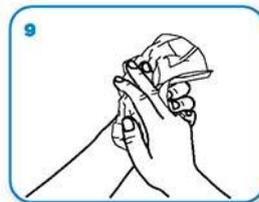
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



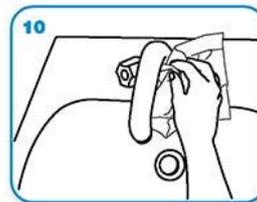
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



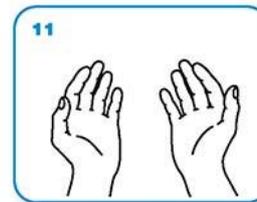
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



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

