



**LINEE GUIDA SU PREVENZIONE E CURA
DALL'INFLUENZA PANDEMICA DEL NUOVO
CORONAVIRUS COVID-19**

**COME PROTEGGERSI DAL CONTAGIO
INFLUENZALE E CONTRASTARE LA DIFFUSIONE**

Rev. 4 del 02/03/2020

Il Titolare/Datore di Lavoro



Massimo Camola
DIRIGENTE SCOLASTICO
dott. Massimo Camola

DIECI COMPORTAMENTI DA SEGUIRE DAL MINISTERO DELLA SALUTE

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

PREVENZIONE - RIDURRE I RISCHI DI CONTAGIO



Lavare le mani

Lavarsi le mani elimina il virus. Lavatevi le mani più volte al giorno accuratamente con acqua e sapone. Il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione.

Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi. Se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.

Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani

Il virus si trasmette principalmente per via respiratoria, ma può entrare nel corpo anche attraverso gli occhi, il naso e la bocca, quindi evita di toccarli con le mani non ben lavate.

Le mani, infatti, possono venire a contatto con superfici contaminate dal virus e trasmetterlo al tuo corpo.



Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci

Quando dovete tossire o starnutire, tenete un fazzoletto di carta davanti alla bocca e al naso.

Dopo l'uso, eliminate il fazzoletto di carta gettandolo in un cestino dei rifiuti e lavatevi in seguito le mani accuratamente con acqua e sapone. Se non avete a disposizione un fazzoletto di carta, tossite e starnutite nella piega del vostro gomito. Questo atto è più igienico rispetto al gesto di coprirsi la bocca con le mani. Se invece usate le mani, lavatevele se possibile subito dopo accuratamente con acqua e sapone.

Se ti copri la bocca con le mani potresti contaminare oggetti o persone con cui vieni a contatto.



L'INFLUENZA PANDEMICA: INFORMAZIONI IMPORTANTI PER TUTTI COLORO CHE PRESENTANO I SINTOMI

	<p>Prestate attenzione ai sintomi che potrebbero essere premonitori dell'influenza, come:</p> <ul style="list-style-type: none"> • febbre improvvisa superiore a 38 °C; • brividi, emicrania, dolori muscolari e articolari; • raffreddore, tosse secca e mal di gola; • vertigini o disturbi respiratori; • mal di pancia, diarrea o vomito.
	<p>Rimanete a casa</p> <p>Se avvertite alcuni dei sintomi sopraelencati, rimanete imperativamente a casa. In tal modo evitate di diffondere la malattia. Curate completamente l'influenza a casa. Aspettate almeno un giorno dalla scomparsa dei sintomi prima di riprendere le attività quotidiane.</p>
	<p>Quando devo consultare un medico?</p> <p>Consultate un medico se voi o i vostri figli fate parte di un gruppo a rischio o se avete sintomi influenzali gravi.</p>
	<p>Indossare la mascherina igienica FFP2</p> <p>Se convivete con altre persone indossate una mascherina igienica. In tal modo evitate di contagiare i familiari o i coinquilini. Coloro che assistono a casa una persona malata dovrebbero pure indossare una mascherina igienica.</p>
	<p>Se siete stati contagiati o avete avuto contatti con persone malate, dovete osservare attentamente le indicazioni seguenti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • mantenete una distanza di un metro almeno dalle altre persone; • evitate di salutare con la stretta di mano; • rinunciate al saluto con baci e abbracci; • evitate gli assembramenti di persone; • portate una mascherina igienica.
	<p>Se riscontrate sintomi influenzali o problemi respiratori</p> <p>Non recatevi al pronto soccorso ma chiamate il vostro medico di famiglia per il triage telefonico o il numero 112 o il numero 1500 (numero verde del Ministero della Salute) o il 800894545 (numero verde della Regione Lombardia).</p>

REGOLE FONDAMENTALI PER EVITARE LA DIFFUSIONE DEL VIRUS

Nel caso in cui il dipendente o il consulente presenti sintomi influenzali o abbia febbre superiore a 37,5°C NON SI DEVE RECARE AL LAVORO.

Si invitano tutti i lavoratori ad evitare allarmismi ma si raccomanda la massima responsabilità. E' importante seguire le regole della presente informava

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.

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.



TRASMISSIONE

I coronavirus umani si trasmettono da una persona infetta a un'altra attraverso:

- la saliva, tossendo e starnutando
- contatti diretti personali
- le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate (non ancora lavate) bocca, naso o occhi
- una contaminazione fecale (raramente)

QUANDO USARE LE MASCHERINE

Le circolari ministeriali forniscono indicazioni specifiche relativamente alle misure di prevenzione costituite dal rispetto scrupoloso delle REGOLE DI IGIENE DELLE MANI e REGOLE DI IGIENE RESPIRATORIA (starnutire o tossire in un fazzoletto o con il gomito flessso, gettare i fazzoletti utilizzati in un cestino chiuso immediatamente dopo l'uso e lavare le mani).

Fino a eventuali nuove disposizioni la popolazione generale non ha necessità di indossare mascherine di protezione delle vie respiratorie, che sono invece prescritte per gli ambiti ospedalieri/sanitari.

Di seguito sono riportate le informazioni certe che provengono dal portale di EPICENTRO - portale dell'epidemiologia per la sanità pubblica.

Nuovo coronavirus (2019-nCoV)
COSA SAPPIAMO AD OGGI / 1 FEB. '20



Dobbiamo indossare la mascherina?

- Si,** se hai sintomi di malattie respiratorie, come tosse e difficoltà respiratorie
- Si,** se stai prestando assistenza a persone con sintomi di malattie respiratorie
- Si,** se sei un operatore sanitario e assisti persone con sintomi di malattie respiratorie

Non è invece necessaria per la popolazione generale in assenza di sintomi di malattie respiratorie

  www.epicentro.iss.it/coronavirus/

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se si sospetta di aver contratto il nuovo Coronavirus e in presenza di sintomi quali tosse o starnuti o se ci si prende cura di una persona con sospetta infezione.

DISPOSIZIONI DEL DECRETO DEL 01/03/2020

MODULARIO
P. C. M. 198



MOD. 3

Presidenza del Consiglio dei Ministri

Allegato 4

Misure igieniche:

- a) lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani;
- b) evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;
- c) non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
- d) coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
- e) non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;
- f) pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;
- g) usare la mascherina solo se si sospetta di essere malato o si assiste persone malate.