



Regione Siciliana



**12 BUONE RAGIONI
PER SEGUIRE LE
INDICAZIONI GOVERNATIVE**



**COSTRUIRE
SALUTE**
Le persone prima di tutto

NUMERO VERDE GRATUITO
800.45.87.87

Da giorni chiediamo a tutta la popolazione siciliana di seguire con diligenza e responsabilità le ultime prescrizioni del Governo in materia di Coronavirus, allo scopo di porre un argine alla probabilità di contrarre il Covid 19.

Tante sono le FAQ pubblicate sui siti istituzionali, compreso quello della Regione Siciliana, che hanno per lo più lo scopo di chiarire eventuali dubbi interpretativi su cosa è lecito e cosa, al contrario, non è opportuno fare, durante questo periodo di forzato isolamento. Abbiamo però ritenuto che fosse necessario anche far comprendere ai cittadini, con parole più semplici rispetto ai termini squisitamente scientifici - normalmente utilizzati dagli accademici - le ragioni per le quali è interesse di tutti osservare e rispettare le indicazioni governative.

Ringraziamo per la preziosa collaborazione e l'autorevole contributo scientifico, nella redazione del testo, la scuola di Specializzazione di Igiene dell'Università degli Studi di Palermo.

1. Perché si deve evitare di toccare occhi, naso e bocca con le mani e si consiglia di frizionare frequentemente le mani con soluzioni a base alcolica?

Le mani entrano continuamente in contatto con diverse superfici e possono veicolare il virus. Una volta contaminate, le mani possono trasferire il virus ad occhi, naso e bocca consentendo la trasmissione virale. Il lavaggio delle mani con acqua e sapone (detersione) o l'uso di soluzioni a base alcolica (disinfezione) agiscono riducendo la carica virale che può trovarsi sulle tue mani, bloccando così la trasmissione virale. Si stima che un'accurata igiene delle mani possa prevenire una ampia percentuale di infezioni da coronavirus (3).

2. Perché ai soggetti con sintomatologia da infezione respiratoria e febbre è fortemente consigliato rimanere presso il proprio domicilio?

È fondamentale ridurre le possibilità di contagio separando, socialmente e fisicamente, la popolazione sana da quella potenzialmente malata. Il coronavirus ha infatti dimostrato una grande contagiosità nelle fasi iniziali della patologia, quando ancora il soggetto affetto risulta potenzialmente in grado di continuare la sua vita sociale (5) (6). Per tale motivo, in caso di sintomi suggestivi di patologia da coronavirus come febbre, tosse e senso di fame d'aria si deve evitare di recarsi presso strutture sanitarie e contattare invece il numero verde 1500, il 112 o il proprio medico curante.

3. Perché i soggetti che abbiano avuto una potenziale esposizione al virus devono restare in quarantena per almeno 14 giorni e quando devono fare il tampone?

Il virus mostra la propria presenza attraverso sintomi (febbre, tosse, fame d'aria etc) dopo un tempo di incubazione medio di 5 giorni dal contagio e comunque, nella stragrande maggioranza dei casi, entro 14 giorni. Rimanere in "quarantena" (isolamento) per questo periodo consente pertanto di identificare i soggetti che presentano sintomi e risultano pertanto essere stati contagiati, evitando così che questi ultimi trasmettano il virus ad altre persone sane. Per tali motivi il tampone dovrebbe essere fatto al 7° giorno di quarantena per intercettare eventuali positivi precoci ed al 14° giorno perché se negativo il soggetto può rientrare al lavoro.



4. Perché devo evitare contatti ravvicinati e mantenere la distanza di almeno 1 metro?

Quando si tossisce o si starnutisce, o anche semplicemente parlando, si emettono piccole goccioline di saliva e fluidi respiratori (droplet nuclei) che potrebbero contenere il virus. Tali droplet nuclei tendono a precipitare al suolo entro 1 metro di distanza ed è questo il motivo per cui mantenere una distanza di almeno 1 metro consente di ridurre il rischio di contrarre la patologia (1) (2).

5. Perché si deve evitare di uscire di casa?

Uscire di casa espone ad un aumentato rischio di contatti sociali con persone affette da coronavirus e di contaminazione di mani e vestiario. Alle volte tale rischio non viene nemmeno percepito (ad esempio quando si prende l'ascensore, o si aprono e chiudono maniglie di porte etc). Per tale motivo restare a casa rappresenta il modo migliore per evitare sia di acquisire l'infezione che di trasmetterla ad altre persone (4).

6. Perché è importante rispettare rigorosamente una corretta igiene respiratoria?

È ben noto che il virus viene veicolato da piccole goccioline salivari (droplets) ed il mantenimento di una corretta igiene respiratoria rappresenta una efficace barriera alla sua diffusione. Il tossire e lo starnutire in un fazzoletto o nella piega del gomito permettono, in primo luogo, di evitare il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie (in modo tale da non trasferire il virus ad altre superfici) e, inoltre, essendo tessuti adsorbenti, di limitare la dispersione delle particelle virali nell'ambiente circostante. Nel caso in cui si usi un fazzolettino immediatamente bisogna provvedere a gettarlo via. (3)

7. Perché è stata disposta la chiusura delle scuole e delle attività di formazione superiore?

La prevenzione del contagio nella popolazione infantile è una misura di prevenzione consolidata nelle epidemie di influenza e nelle pandemie. Le università e gli altri istituti di formazione sono, inoltre, aree in cui un grande numero di persone si raccoglie in spazi limitati. È altresì evidente che la popolazione giovanile contrae, con maggiore probabilità, malattie in modo asintomatico e, di conseguenza, continua ad effettuare una vita sociale che consente di alimentare maggiormente la trasmissione virale. Per assicurare l'efficacia di questa misura di distanziamento sociale, bisogna ovviamente fare in modo che i giovani si astengano dal riunirsi e frequentarsi anche al di fuori degli ambienti didattici. (4)

8. Esistono dei soggetti particolarmente a rischio per complicanze e come si devono tutelare?

Età avanzata e/o comorbidità come cardiopatie, bronco pneumopatie e diabete possono complicare il decorso dell'infezione da coronavirus aumentando il rischio di ospedalizzazione e necessità di cure intensive. Per questo motivo è fondamentale che le persone con questi fattori di rischio si attengano ad uno scrupoloso isolamento sociale rispettando tutte le misure preventive suggerite.

9. Perché si sconsiglia l'assunzione di farmaci antivirali e antibiotici, a meno che non siano prescritti dal medico?

In caso di patologia da coronavirus è preferibile non assumere alcun tipo di farmaco senza una precisa indicazione o prescrizione medica. In ogni caso, COVID-19 è una patologia ad eziologia virale, pertanto l'impiego di farmaci antibiotici non risulterebbe efficace. Alcuni farmaci possono essere impiegati al fine di alleviare la sintomatologia ma, per contrastare adeguatamente l'infezione, è importante seguire le indicazioni del proprio medico curante. (3)

10. Perché è importante pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o di alcol?

In condizioni favorevoli, il coronavirus è in grado di sopravvivere sulle superfici inanimate anche per alcuni giorni. Una disinfezione delle superfici con sodio ipoclorito allo 0,1%, perossido di idrogeno allo 0,5% o etanolo al 62% -71% per almeno un minuto risulta efficace nell'inattivazione del virus. (6)

11. Perché indossare la mascherina protettiva in caso di sintomi?

La mascherina protettiva, a prescindere dalla classe di protezione, riduce significativamente l'emissione di droplets nuclei che, in soggetti con infezione e sintomi, rappresentano la principale modalità di trasmissione virale. Indossare la mascherina consente pertanto di ridurre la probabilità che persone malate trasmettano l'infezione ad altre sane.

12. Quale è in definitiva il messaggio del DPCM dell'8 marzo 2020?

Il DPCM può essere sintetizzato con il messaggio "lo resto a casa". Questo significa che ciascun cittadino deve rimanere a casa, a meno che non si verifichino condizioni urgenti, indifferibili o indispensabili di necessità (ivi inclusi motivi di lavoro in servizi essenziali) che lo portino ad abbandonare il proprio domicilio. In tale ultimo caso potrebbe comunque essere necessario produrre una autocertificazione che verrà eventualmente acquisita e verificata da parte delle forze dell'ordine competenti. Sarà altresì fondamentale attenersi alle altre misure di prevenzione indicate nei precedenti punti ed in particolare alla quarantena con sorveglianza attiva agli individui che hanno avuto contatti stretti con casi confermati di malattia infettiva diffusiva. Unica eccezione a questa ultima indicazione è rappresentata dagli Operatori Sanitari e dagli Operatori dei Servizi Pubblici essenziali, che sospendono l'attività nel caso di sintomatologia respiratoria o esito positivo per COVID-19 [art.7 D.L. 14 del 09-03-2020].

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

1) Decreto-Legge 23 febbraio 2020, n. 6

2) Decreto Del Presidente Del Consiglio Dei Ministri 8 Marzo 2020

3) Decreto-Legge 9 Marzo 2020, n. 14

4) <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/infection-prevention-and-control>

5) <https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/considerations-relating-social-distancing-measures-response-covid-19-epidemic>

6) <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

7) European Centre for Disease Prevention and Control. Considerations relating to social distancing measures in response to the COVID-19 epidemic. Stockholm: ECDC; 2020

8) Zou et al. SARS-CoV-2 viral load in upper respiratory specimens of infected patients. New England Journal of Medicine, 2020.

9) Amodio et al. Outbreak of Novel Coronavirus (SARS-Cov-2): First Evidences From International Scientific Literature and Pending Questions. In: Healthcare. Multidisciplinary Digital Publishing Institute, 2020. p. 51.