

INTRODUZIONE

CORONAVIRUS COVID-19

I coronavirus (CoV) sono un'ampia famiglia di virus respiratori che possono causare malattie da lievi a moderate, dal comune raffreddore a sindromi respiratorie più gravi, in particolare quello denominato provvisoriamente all'inizio dell'epidemia 2019-nCoV (nuovo coronavirus), non è mai stato identificato prima di essere segnalato a Wuhan, Cina a dicembre 2019.

MODALITA' DI 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 tramettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto fra alimenti crudi e cotti.

QUALI SONO I SINTOMI

I sintomi della malattia sono:

- Febbre
- Tosse e mal di gola
- Difficoltà respiratorie e fiato corto
- Sintomi gastrointestinali e dissenteria
- Insufficienza renale
- Polmonite
- Gravi difficoltà respiratorie

BUONE PRASSI PER DATORI DI LAVORO

Nelle aziende site nelle zone rosse (attualmente i seguenti Comuni: Codogno, Castiglione d'Adda, Casalpusterlengo, Fombio, Maleo, Somaglia, Bertonico, Terranova dei Passerini, Castelgerundo e San Fiorano in Lombardia, Vo' in Veneto) le attività sono sospese fino a nuove indicazioni dei enti preposti.

Nelle Regioni colpite (Lombardia, Veneto, Piemonte, Friuli Venezia Giulia, Emilia Romagna, Trentino) alcune attività sono sospese (es. scuole chiuse) e alcune attività limitate. Forniamo di seguito alcune misure di base che vi invitiamo a seguire in particolare durante la fase di emergenza.

Per la maggiorparte si tratta di semplici regole di igiene che possono, anzi devono essere mantenute anche in condizioni di non emergenza.

ATTIVITA' DI INFORMAZIONE E MISURE ORGANIZZATIVE DA ADOTTARE

Informare i lavoratori attraverso poster, e-mail informative ed istruzioni pratiche sul reale rischio, per placare allarmismi inutili e sui corretti comportamenti da tenere (utilizzando informative del ministero della salute ed il materiale allegato) es. lavaggio frequente di mani, starnutire e tossire nell'incavo del braccio.

Invitare tutti i lavoratori che presentano direttamente sintomi respiratori e/o febbre o che vivono a stretto contatto con persone che presentano gli stessi sintomi a rimanere a casa e a non presentarsi al lavoro (periodo di astensione è indicativamente 14 giorni ma dovrà essere definito dal Medico).

Informarsi dai lavoratori se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate dalla Cina o da altri paesi a rischio o in quarantena.

Invitare gli stessi a contattare i numeri di riferimento (1500) o il proprio medico di base.

Evitare/limitare momenti di aggregazione in azienda sostituendoli con attività online (è opportuno anche rimandare eventuali corsi di formazione o limitare il numero di persone). Ove possibile sono preferibili comunicazioni via e-mail e telefono piuttosto che in presenza.

Censire l'ingresso in azienda di soggetti quali fornitori, clienti, consulenti ecc.

Effettuare una ricognizione del piano trasferte delle varie unità aziendali, sia per i viaggi di lavoro verso clienti sia per le visite in altre sedi aziendali.

Evitare trasferte in località a rischio in Italia e all'estero segnalate sul sito del Ministero della Sanità. In generale limitare il più possibile le trasferte dei lavoratori.

Non far rientrare in azienda per 14 giorni lavoratori trasfertisti che rientrano da località a rischio per motivi lavorativi o personali. Essi dovranno passare la quarantena nelle modalità e tempi previsti dalle autorità competenti.

Invitare i dipendenti che si spostano sui mezzi pubblici a munirsi ed utilizzare maschere FFP2 o FFP3 e soluzione idroalcolica per mani da usare dopo ogni contatto con materiali e persone.

Favorire lo smart working per tutti i lavoratori per cui ciò è possibile

In caso di richiesta, lasciare indossare le mascherine. Quest'ultima misura può essere adottata se non compromette l'attività lavorativa ed in aggiunta all'eventuale DPI da indossare per la sicurezza sul lavoro.

Preferire le scale all'ascensore (per evitare il contatto ristretto con altre persone).

Per chi non fosse ancora vaccinato contro l'influenza suggerire di fare il più rapidamente possibile il vaccino antiinfluenzale, in modo da rendere più semplice la diagnosi e la gestione dei casi sospetti.

SITUAZIONI PARTICOLARI

LAVORATRICI IN GRAVIDANZA

In caso di particolari condizioni di salute sarà di volta in volta da valutare se adottare misure specifiche aggiuntive, lasciando che lavorino da casa o in luoghi che le tengano separate dagli altri.

PERSONALE VIAGGIANTE (TECNICI, COMMERCIALI, AUTISTI, MANUTENTORI, ECC.)

PRIMA

- Prima di recarsi in una azienda richiedere se nella stessa sono presenti lavoratori in quarantena o lavoratori che sono tornati negli ultimi 16 giorni dalla Cina o lavoratori residenti nelle aree ove si sono formati i focolai.
- Non effettuare consegne, visite, sopralluoghi in aziende site nelle aree dove si sono creati focolai.
- Cercare di non raggiungere o lasciare le aree di focolaio,
- Rispettare le indicazioni delle autorità sulla quarantena.

DURANTE

- Evitare di stringere la mano alle persone.
- Durante consegne, visite, sopralluoghi evitare di avere contatti ravvicinati con lavoratori e non soffermarsi in zone affollate.
- Lavarsi in modo profondo le mani prima, durante e dopo l'attività svolta presso l'azienda.
- Evitare di toccare con le mani occhi, naso e bocca.
- Preferire le scale all'ascensore (essendo luoghi chiusi ove può esserci il contatto ristretto con altre persone).
- Evitare di mangiare in mense o ristoranti a stretto contatto con altre persone; se possibile mangiare all'aria aperta portandosi il cibo da casa.

DOPO

- Sanificare le attrezzature utilizzate (PC, strumenti misura, ecc).
- Lavarsi in modo profondo le mani dopo l'attività svolta presso l'azienda.

INGRESSO DI FORNITORI IN AZIENDA (ES. COMMERCIALI, AUTISTI, MANUTENTORI, ASSISTENTI TECNICI, ECC.)

PRIMA

- Prima di ricevere un fornitore informarsi se nella azienda di provenienza sono presenti lavoratori in quarantena o lavoratori che sono tornati negli ultimi 16 giorni dalla Cina o lavoratori residenti nelle aree ove si sono formati i focolai.
- Non accettare consegne, visite, sopralluoghi se provenienti dalle aree dove si sono creati focolai.
- una misura preventiva può essere anche quella di richiedere al soggetto di indossare maschera FFP3

DURANTE

- Evitare di stringere la mano alle persone.
- Evitare di avere contatti ravvicinati con le persone.
- Sanificare le attrezzature utilizzate dai soggetti esterni (PC, strumenti misura, ecc.).

MISURE PER GLI AMBIENTI DI LAVORO

Organizzare le mense e i momenti di pausa in modo tale che il numero di persone contemporaneamente presenti sia il più basso possibile, cercando di mantenere le distanze tra un lavoratore ed un altro di 1 o meglio 2 metri.

Installare nelle aziende e negli uffici dispenser di soluzione idroalcolica disinfettante.

Verificare che siano a disposizione dei lavoratori acqua, sapone e carta monouso. Lavarsi bene le mani con acqua e sapone è comunque, sempre la misura più semplice e più importante.

Laddove possibile, le aziende possono mettere a disposizione detergenti aggiuntivi per lavarsi le mani.

Prevedere, ove possibile, una raccolta e smaltimento dei rifiuti sicuro in bidoni chiusi apribili con pedale e non manualmente.

Intensificare la sanificazione dei piani di lavoro, le scrivanie e tutte quelle zone che possono venire a contatto con aerosol utilizzando prodotti a base di cloro o alcol.

Sanificare più volte al giorno le maniglie delle porte, i pulsanti, le cornette dei telefoni fissi, le tastiere ed i mouse, e una volta al giorno gli schermi dei PC.

Disinfettare periodicamente tavoli, panche, sedie, attaccapanni, pavimenti, rubinetti, docce e servizi igienici.

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) al 75% o a base di cloro all'1% (candeggina).

Se possibile sanificare più volte al giorno con spray disinfettanti i filtri delle strutture di aerazione.

Arieggiare tutti i locali il più spesso possibile.

INFORMAZIONI PER I LAVORATORI

Le indicazioni sottoriportate sono basilari regole di comportamento e di igiene che ti forniamo per la tutela della salute e delle persone che ti circondano, sia al lavoro che nella vita privata. Confidiamo nella tua collaborazione e nel tuo senso civico.

La cosa più importante?

- È la più semplice: lavarsi accuratamente le mani, il più spesso possibile. Il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione.

Come?

- Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta (carta) monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%
- Non toccarti gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate
- Devi tossire o starnutire? Copri la bocca e il naso con un fazzoletto preferibilmente monouso o con il braccio, ma non con la mano.
- Se tu o persone che vivono a stretto contatto con te, avete sintomi influenzali (tosse, raffreddore, febbre, problemi respiratori), sei invitato a rimanere a casa e a contattare telefonicamente il tuo Medico di Base.
- Comunicaci se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del tuo ambito familiare o di conoscenze con persone rientrate dalla Cina o da altri paesi (anche in Italia) a rischio o in quarantena. In questo caso sei anche invitato a contattare i numeri di riferimento (1500) o il medico di base per approfondire la tua condizione.
- All'interno dell'azienda è opportuno evitare/limitare momenti di aggregazione (es. pausa caffè) e sono preferibili comunicazioni via e-mail e telefono piuttosto che in presenza.
- Segnala l'ingresso di soggetti che non fanno parte dell'azienda.
- Evita, se possibile, trasferte/viaggi/visite in località a rischio in Italia e all'estero. Se per qualsiasi motivo ti devi recare all'estero o in zone a rischio in Italia sei tenuto a comunicarlo.

- Se ti sposti sui mezzi pubblici è opportuno utilizzare maschere protettive. Le comuni mascherine fanno poco o nulla. Ti invitiamo ad utilizzare facciali filtranti FFP3 e portare con te una soluzione idroalcolica per mani (gel disinfettante) da usare dopo ogni contatto con materiali e persone.
- Se non hai problemi di deambulazione, utilizza le scale non l'ascensore.
- Vuoi utilizzare una maschera protettiva? Puoi farlo a patto che quest'ultima non comprometta l'attività lavorativa ed in aggiunta all'eventuale DPI da indossare per la sicurezza sul lavoro.
- Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchiere del tuo collega.
- Utilizza sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata
- Non scambiare con i colleghi altri oggetti (asciugamani, stracci, ecc.).
- Evita di consumare cibo sia negli spogliatoi che nelle aree di lavoro
- Riponi oggetti e indumenti personali esclusivamente negli armadietti.
- Utilizza fazzoletti di carta e una volta usati buttali subito negli appositi contenitori, così come anche altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.

EVENTUALE CONTAGIO E MALATTIA O ESPRESSIONE DI SINTOMI

Ove, nel corso dell'attività lavorativa, si venga a contatto con un caso sospetto si dovranno immediatamente adottare le seguenti misure:

1. isolare immediatamente il lavoratore in una zona identificata evitando ulteriori contatti con le altre persone.
2. contattare i servizi sanitari (112) segnalando che si tratta di caso sospetto per nCoV e attenersi alle loro indicazioni
3. Non fare intervenire gli addetti al primo soccorso aziendale
4. Nell'attesa dell'arrivo dei sanitari:
 - evitare contatti ravvicinati con la persona malata;
 - se disponibile, fornirla di una maschera FFP2;
 - lavarsi accuratamente le mani. Prestare particolare attenzione alle superfici corporee che sono venute eventualmente in contatto con i fluidi (secrezioni respiratorie, urine, feci) del malato;
 - far eliminare in sacchetto impermeabile, direttamente dal paziente, i fazzoletti di carta utilizzati. Il sacchetto sarà smaltito in uno con i materiali infetti prodottisi durante le attività sanitarie del personale di soccorso.
5. Non utilizzare il locale sino alla sua completa sanificazione

COME FARE PER INDOSSARE LE MASCHERE IN MODO CORRETTO

- a) prima di indossare la mascherina, lavati le mani con acqua e sapone o con una soluzione alcolica
- b) copri bocca e naso con la mascherina assicurandoti che aderisca bene al volto (meglio non avere barba lunga)
- c) evita di toccare la mascherina mentre la indossi, se la tocchi, lavati le mani
- d) quando diventa umida, sostituiscila con una nuova e non riutilizzarla; infatti sono maschere monouso
- e) toglila prendendola dall'elastico e non toccare la parte anteriore della mascherina; gettala immediatamente in un sacchetto chiuso e lavati le mani.

BIBLIOGRAFIA E SITIGRAFIA

<http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>

<https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>

<https://www.regione.veneto.it/>

<https://www.ilsole24ore.com/>

<https://www.regione.lombardia.it/wps/portal/istituzionale/>

ALLEGATI

- Locandina coronavirus
- Pieghevole coronavirus
- come lavarsi le mani

BUONE PRASSI PER SVOLGIMENTO CORSI DI FORMAZIONE

- Cercare di organizzare corsi con pochi corsisti facendoli stare seduti il più possibile staccati l'uno dall'altro (se possibile almeno un metro l'uno dall'altro, meglio se due).
- Cercare di tenere almeno due metri di distanza tra il formatore ed i corsisti.
- Prima dell'inizio del corso presentare delle slide per informare i corsisti sul rischio e sulle misure da rispettare e sensibilizzare gli stessi sui corretti comportamenti (usare i riferimenti del Ministero della Salute ripresi anche di seguito).
- Prima e dopo il corso sanificare piani di lavoro presenti nella sala ove avviene il corso, pulire e sanificare prima e dopo il corso le maniglie delle porte ed altre attrezzature utilizzate. 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) al 75% o a base di cloro all'1% (candeggina).
- Utilizzare sanificanti spray per termoconvettori all'inizio dei corsi e durante le pause
- Prima, dopo e nelle pause del corso areare ampiamente la sala corsi aprendo le porte e le finestre. Si possono usare anche spray disinfettanti sulle sedie e le superfici.
- Lavarsi spesso le mani, prima e subito dopo il corso con acqua e sapone con proprietà disinfettanti e durante il corso con soluzioni disinfettanti idroalcoliche.
- Non toccare durante la formazione occhi, bocca e naso.
- Evitare di stringere la mano alle persone.
- Evitare di parlare a stretto contatto con i corsisti
- Starnutire e tossire nell'incavo del braccio.
- Ove possibile prevedere dei bidoni porta rifiuti chiusi dove buttare i fazzoletti di carta usa e getta.