

COVID 19 INFORMAZIONI OPERATIVE

Piccole pillole



PARLIAMO DI....

Quarantena e isolamento

Definizione di contatto stretto

Le casistiche per il rientro e i comportamenti da adottare

Analisi con casistiche particolari

PROVIAMO AD ORIENTARCI

PICCOLA NOTA OPERATIVA SU CORONAVIRUS

La seconda ondata della pandemia sta riproponendo tutte le problematiche emerse nei mesi scorsi e il susseguirsi di nuove ordinanze, nuovi DPCM, decreti regionali e ordinanze comunali creano una situazione d'incertezza comportamentale.

*Proviamo in questa breve nota, sulla base delle direttive e circolari, **pervenute dalla Regione Piemonte**, a dare alcune indicazioni su come comportarsi, nelle situazioni di possibili ipotetici contagi e chiarire, al meglio che si riesce, termini, significati e procedure in atto al momento.*

Un pò di glossario Covid19

QUARANTENA

Restrizione dei movimenti di persone sane, per la durata del periodo di incubazione (circa 10 giorni), che potrebbero essere state esposte ad un agente infettivo o ad una malattia contagiosa con l'obiettivo di monitorare l'eventuale comparsa di sintomi, identificare tempestivamente nuovi casi, evitare la trasmissione dell'infezione nel caso la persona sia portatrice di infezione.

Poiché l'obiettivo è monitorare l'eventuale comparsa di sintomi e identificare nuovi casi, le persone in quarantena non devono avere contatti con nessuno per la durata del periodo di incubazione del virus. Di norma la "quarantena" viene disposta con apposito e specifico decreto per cittadini, italiani e non, provenienti da paesi ad alto rischio di contagio e comporta l'isolamento fiduciario per quattordici giorni; se alla scadenza la persona interessata non presenta sintomi è libera nei movimenti, se nel periodo si manifestassero sintomi la persona è sottoposta gli stessi trattamenti che riguardano tutti i contagiati.



Isolamento fiduciario

È l'isolamento dei casi di documentata infezione da SARS-CoV-2 si riferisce alla separazione delle persone infette dal resto della comunità per la durata del periodo di contagiosità, in ambiente e condizioni tali da prevenire la trasmissione dell'infezione. A differenza della "quarantena", che riguarda persone sane fino a prova contraria, l'isolamento fiduciario interessa i casi accertati di Covid-19 (positivi al tampone), che devono separarsi dalla comunità ed evitare in tutti i modi la trasmissione dell'infezione.

Il periodo di contagiosità può essere diverso a seconda della presenza o meno dei sintomi e la durata dell'isolamento può quindi cambiare.

Asintomatico

Una persona, pur essendosi infettata, non presenta alcun sintomo. In altre parole, il virus è presente, ma non ci sono febbre, tosse e tutti gli altri sintomi causati dal virus. Può darsi che i sintomi compaiano nei giorni successivi oppure che siano destinati a non comparire mai. Le persone che non manifestano sintomi possono trasmettere il virus anche se non è ancora chiaro in che misura tale eventualità si verifichi: sono necessari ulteriori studi. Anche le persone asintomatiche devono essere isolate per limitare contatti con gli altri. Queste misure interrompono la catena di trasmissione del virus. L'assenza di sintomi evidenti non significa "sano" perché assenza di sintomi non significa assenza della malattia ma, più correttamente, assenza della sua manifestazione

Paucisintomatico



Un adulto, come un bambino paucisintomatico, è un paziente infetto che presenta sintomi lievi. Non tutte le persone contagiate da SARS-CoV-2 manifestano la COVID-19 allo stesso modo: alcune persone non sviluppano mai i sintomi, sono gli asintomatici, altre manifestano i sintomi in forma lieve, sono quindi detti **paucisintomatici**, altre ancora vengono colpite da una forma grave della malattia. Il paucisintomatico presenta soltanto qualche sintomo come moderata tosse secca, febbre al di sotto di trentasette e mezzo che dura uno o due giorni, un generale senso di stanchezza. Un bambino paucisintomatico sarà solo vagamente più abbattuto per 24-48 ore. È la forma più difficile da individuare e da diagnosticare perché, avendo sintomi così modesti, spesso passa completamente inosservata.

Un bambino paucisintomatico è in grado di trasmettere l'infezione da nuovo Coronavirus. Il suo secreto nasale e il tampone faringeo risulteranno positivi per il virus, anche se non presenta febbre o tosse importante. Alcuni bambini paucisintomatici presenteranno anche positività per il virus nelle urine, nelle feci e sul tampone congiuntivale, quindi sulle lacrime. Per questo motivo, tutti questi secreti devono essere gestiti con le dovute precauzioni per evitare che diventino possibili fonti di contagio.

Sintomatico

Per quanto se ne può sapere al momento la trasmissione del virus avviene principalmente da persone sintomatiche, ma può verificarsi anche poco prima dell'insorgenza della sintomatologia, quando sono in prossimità di altre persone per periodi di tempo prolungati. Le persone che non manifestano mai sintomi possono trasmettere il virus anche se non è ancora chiaro in che misura tale eventualità si verifichi..

Il contagio

Quando una persona viene a contatto con un'altra persona che la contagia, il virus (nel caso di COVID, un batterio in altri casi) inizia a moltiplicarsi in uno o più tessuti della persona contagiata (ad esempio, gola o intestino). L'esito del contagio può essere molto diverso. Infatti la persona può continuare a sentirsi bene (asintomatico) oppure può sentirsi indisposto o, infine, ammalarsi con febbre alta ed altri sintomi rilevanti. Questo dipende da tanti fattori come la carica virale (o batterica), le condizioni atmosferiche e lo stato di salute, le condizioni di vita, l'età e la memoria immunologica del soggetto contagiato (il grado di capacità dei suoi anticorpi a riconoscere e contrastare l'aggressione). I sintomi dipendono dall'agente infettante. I sintomi del paziente infettato con SARS-CoV-2 che, comunque, sono aspecifici (cioè gli stessi sintomi possono presentarsi in altre infezioni). La sintomatologia che manifesta il paziente con Covid-19 è simile a quella di una brutta influenza con febbre (di solito sui 38°C, presente in quasi tutti i pazienti), tosse (presente in più del 50% dei pazienti) e fatica a respirare e affanno (presente in meno del 50% dei pazienti). Altri sintomi frequenti sono dolori muscolari (mialgia), dolori articolari, mal di testa e affaticamento e disfunzioni dell'odorato (anosmia, disosmia) e del gusto (disgeusia), molte volte associati a perdita dell'appetito. Quindi, semplificando, si può dire che la Covid-19 presenta spesso sintomi somiglianti a quelli dell'influenza associati a disturbi del gusto e dell'odorato. I sintomi gastrointestinali (diarrea, nausea e vomito) interessano meno di un quarto dei pazienti, e gli altri sintomi quali problemi cardiovascolari, neurologici, dermatologici e altri ancora sono ancora più rari (anche se possibili). La causa più frequente di ricovero è la presenza di difficoltà respiratorie e polmonite. Nel soggetto asintomatico, il virus (o il batterio) è presente nel tessuto contagiato inizialmente (ad esempio, gola) e anche in altri tessuti e organi. Se, quindi, un'altra persona viene in contatto con le goccioline di saliva prodotte dal soggetto portatore sano o con le sue feci, si può ammalare. Ovviamente, il paziente sintomatico risulta portatore dell'infezione se effettua test diagnostici

Guarigione

Il paziente guarito è colui il quale risolve i sintomi dell'infezione da Covid-19 e che risulta negativo in due test consecutivi, effettuati a distanza di 24 ore uno dall'altro, per la ricerca di SARS-CoV-2. La definizione di eliminazione ("clearance") del virus indica la scomparsa di RNA del SARS-CoV-2 rilevabile nei fluidi corporei, sia in persone che hanno avuto segni e sintomi di malattia, sia in persone in fase asintomatica senza segni di malattia. Per il soggetto asintomatico, si ritiene opportuno suggerire di ripetere il test per documentare la negativizzazione non prima di 14 giorni (durata raccomandata del periodo d'isolamento/quarantena) dal riscontro della positività. La definizione di scomparsa dell'RNA virale è attualmente data dall'esecuzione di due test molecolari (tamponi), effettuati normalmente a distanza di 24 ore, aventi entrambi esito negativo.



Definizione di contatto stretto

Uno degli aspetti più controversi è la definizione di contatto stretto che si genera nella pratica quotidiana

Per contatto stretto si intende:

- **una persona che vive nella stessa casa di un caso di Covid 19**
- **una persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un caso Covid 19 (es. una stretta di mano)**
- **una persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso di Covid 19 (es. toccare a mani nude fazzoletti di carta usati)**
- **una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un caso di Covid 19, a distanza minore di 2 metri e di durata maggiore a 15 minuti**
- **una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (sala riunioni, sala d'attesa) con un caso di Covid 19 in assenza di DPI idonei**
- **un operatore sanitario o altra persona che fornisca assistenza diretta ad un caso covid 19 senza l'impiego dei DPI raccomandati o non idonei**
- **Una persona che ha viaggiato seduta in treno, aereo o altro entro due posti in qualsiasi direzione rispetto ad un caso Covid 19; sono contatti stretti anche i compagni di viaggio e il personale addetto alla sezione dell'aereo/treno dove l'interessato era seduto.**

**Importante
conoscere le
casistiche dei
contatti stretti**

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

LE CASISTICHE

Modalità di rientro nelle comunità:

- **Caso positivi asintomatici.** Le persone asintomatiche risultate positive al Covid 19 possono rientrare in comunità dopo un periodo di isolamento di almeno 10 giorni dalla comparsa della positività, al termine del quale risulti eseguito un tampone con esito negativo.(10 giorni+test)
- **Casi positivi sintomatici.** Le persone sintomatiche risultate positive al Covid 19 possono rientrare in comunità dopo un periodo di 10 giorni dalla comparsa dei sintomi (non considerando perdita dell'olfatto o del gusto che possono persistere per più tempo) accompagnato da un tampone negativo effettuato dopo almeno 3 giorni senza sintomi.(10 giorni, di cui almeno 3 giorni senza sintomi+test)
- **Casi positivi a lungo termine.** Le persone che, pur non presentando più sintomi, continuano a risultare positive al tampone, in assenza di sintomi da almeno una settimana, potranno interrompere l'isolamento dopo 21 giorni dalla comparsa dei sintomi. In questa fase è opportuno non ripetere tamponi quando il tampone è positivo al 10 e 17 giorno, ma attendere il ventunesimo giorno per effettuare il tampone. In questo caso va tenuto conto dello stato immunitario della persona perché gli immunodepressi possono avere un periodo di contagiosità più prolungato



Comportamenti e indicazioni

Se rientriamo nella casistica di un "contatto stretto" vediamo le indicazioni di comportamento individuale e le azioni della sanità pubblica.

AZIONI INDIVIDUALI

- Rimanere in quarantena per 14 giorni presso il domicilio, con divieto assoluto di mobilità dalla propria abitazione o dimora e di contatti sociali. La quarantena potrà essere ridotta a 10 giorni con tampone negativo
- Automonitoraggio per la comparsa di segni/sintomi compatibili con Covid 19
- Misurare e registrare la temperatura corporea due volte al giorno
- Evitare l'uso di farmaci che riducono la febbre (paracetamolo) per alcune ore prima di misurare la temperatura. Se necessario assumere questi farmaci, avisare l'Asl.
- Rimanere raggiungibili dalle autorità di sanità pubblica per le attività di sorveglianza
- Seguire le buone pratiche respiratorie (galateo della tosse, uso mascherina chirurgica) e una rigorosa igiene delle mani
- Rispettare le misure di distanziamento fisico tenendo una distanza di almeno 2 metri dalle altre persone
- In caso d'insorgenza di sintomi, isolarsi immediatamente e consultare il proprio medico, preferibilmente telefonicamente, seguendo le raccomandazioni delle autorità di sanità pubblica locali per ulteriori indicazioni.

AZIONI DI SANITA' PUBBLICA

- Indicare la necessità di rimanere in quarantena per 14 giorni dalla data dell'ultima esposizione con il caso o 10 giorni con l'effettuazione di un tampone alla decima giornata.
- Fornire ai contatti le indicazioni per l'automonitoraggio dei sintomi.
- Sorveglianza attiva mediante telefonate, e-mail o sms, per verificare lo stato di salute del contatto e assicurarsi che la persona stia osservando la quarantena in maniera sicura, sostenibile ed efficace per impedire la trasmissione dell'infezione (compito del MMG)
- Testare i contatti sintomatici (anche con sintomi lievi)
- Informare i contatti sulle misure di prevenzione dell'infezione e consegnare a ciascuno un foglio informativo
- Informare Medici Medicina Generale e Pediatri Libera Scelta.



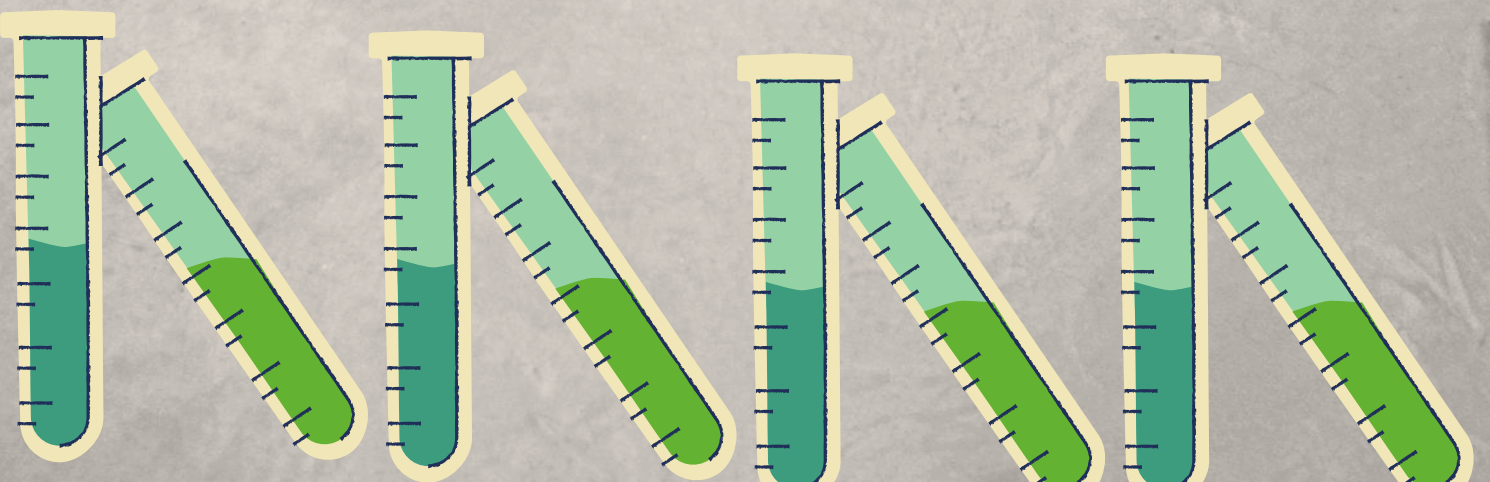
**Le azioni della
Sanità
Pubblica**

Casistiche particolari

Si tratta di situazioni che prevedono casistiche specifiche quali la presenza di soggetti fragili, Operatori Sanitari e altre figure che svolgono funzioni di pubblico interesse. Potete vedere la tabella cliccando [qui](#)

Tampone, sierologico,
test rapido, molecolare

La pandemia ci ha fatto conoscere molte parole nuove in termini scientifici e di esami. Per fare un po' di chiarezza vi linkiamo una interessante [nota](#) della Fnp Nazionale.





Hai saputo Giovanni è stato a contatto con un "positivo"

Questa notizia ci fa correre immediatamente il pensiero a quali contatti abbiamo avuto con Giovanni e che probabilità ci sono di possibili contagi.

Ora sulla base delle indicazioni del **Ministero della Salute** e della **Regione Piemonte** i contatti stretti sono definiti quelli rientranti nella griglia prima riportati e in ogni caso finché non è dichiarata la positività di Giovanni, noi possiamo sì informare il nostro medico, ma non siamo presi in carico per il tampone. Si presenta il tema, se vogliamo porci in isolamento, di come giustificare la nostra assenza dal lavoro in quanto occorre comunque una certificazione medica che non sempre viene rilasciata.

Vi segnaliamo un [nota](#) Fim Nazionale utile per chiarire e ricapitolare le normative in materia.

Riferimenti e link utili

Le informazioni presenti in questa nota sono tratte da questa [comunicazione](#) pervenuta dalla Regione Piemonte dopo il Crc del 1 ottobre 2020 datata 27-10-2020

La classificazione della gravità delle manifestazioni cliniche di Covid 19 dell'OMS sono riportate in questa [tabella](#)

Altri materiali utili.

- Direzione Generale della Prevenzione sanitaria in collaborazione con Istituto Superiore di Sanità [clicca qui](#)
- Cosa-vuol-dire-paucisintomatico - Ospedale Bambino Gesù [clicca qui](#)
- supporto/paziente-sintomatico-ammalato-di-covid-19 - Società Italiana di Farmacologia [clicca qui](#)
- Circolare del ministero della Salute del 12 ottobre 2020 - Covid-19: indicazioni per la durata e il termine dell'isolamento e della quarantena [clicca qui](#)
- [Disposizioni regione Piemonte del 7 novembre](#) [clicca qui](#)

Hanno collaborato la segreteria Usr, Barbara Lavezzo, Aldo Roncarolo.