



## **NUOVO CORONAVIRUS e Covid-19 - INFORMAZIONI E COMPORTAMENTI**

**a cura della dott.ssa Isabella Murgolo Flora, specialista in Medicina del Lavoro**

---

Aggiornato Marzo 2020

### **Cosa sta succedendo?**

Come ormai tutti sappiamo, recentemente in una regione della Cina è comparsa una malattia infettiva provocata da un nuovo virus. Non esiste il vaccino per prevenirla; si previene attuando misure di protezione dal contagio. Non esistono farmaci specifici per curarla; se si contrae la malattia l'arma principale è il sistema immunitario dell'organismo colpito. La malattia generalmente si risolve con la guarigione. Nella minoranza dei casi può aggravarsi fino ad essere letale. L'allarme suscitato e le misure drastiche adottate sono giustificate dalla facilità di diffusione di questo virus; ogni paese del mondo è teso a evitarne l'importazione. Dove il virus è già diffuso, gli sforzi sono tesi al contenimento.

### **Si parla sempre di Coronavirus?**

Il virus di cui si parla in questo momento è denominato comunemente "Coronavirus" o "Nuovo Coronavirus" ma si può incappare anche in sigle alternative quali 2019-nCoV oppure SARS-CoV-2; tutte queste sono denominazioni diverse dello stesso virus. Con la sigla Covid-19 si indica invece la malattia che ne deriva.

### **Cos'è il Coronavirus?**

Il Coronavirus è ovviamente un virus. Un virus è una particella composta essenzialmente di proteine e materiale genetico. Differentemente da altri microrganismi, i virus non sono capaci di vita autonoma, per replicarsi devono penetrare all'interno delle cellule e sfruttare i loro meccanismi. Nell'uomo, le particelle replicate di Coronavirus vengono emesse all'esterno dell'organismo tramite il respiro, pronte a raggiungere e infettare altri individui. Il respiro con le secrezioni provenienti dalle vie respiratorie sono i principali veicoli di contagio tra umani. Nell'ambiente esterno Coronavirus può resistere poco tempo prima di degradarsi (tempo non ancora quantificato per questo specifico virus). Alcol, candeggina, cloro, i comuni disinfettanti, ma anche i semplici saponi lo disattivano facilmente.

### **Che malattia provoca?**

Un'infezione da Coronavirus provoca una malattia chiamata Covid-19 che colpisce le vie respiratorie ed è simile all'influenza. Il periodo di incubazione (periodo senza sintomi tra il momento in cui avviene l'infezione e il momento in cui si manifesta la malattia) attualmente è stimato tra 1 e 14 giorni, ma potrebbe essere rettificato. La malattia può manifestarsi con gravità molto variabile. In alcune persone si manifesta con forma lieve o addirittura priva di sintomi, mentre in altre persone può essere molto grave.

I sintomi più comuni sono: febbre, tosse, mal di gola, naso chiuso, mal di testa, difficoltà respiratorie, malessere generale.



## **Chi viene colpito?**

Potenzialmente il coronavirus può infettare chiunque abbia contatti con persone infette. In un luogo dove l'infezione sia diffusa, il contagio è trasmesso dagli individui malati, da quelli in fase di incubazione e da quelli che abbiano avuto contatto recente senza protezione con i precedenti. Quindi, sono più a rischio coloro che abbiano avvicinato senza proteggersi individui malati nel proprio paese oppure abbiano recentemente viaggiato in paesi dove l'infezione stia circolando oppure siano stati a contatto con qualcuno di ritorno da quegli stessi paesi. Anziani e soggetti con condizioni di salute precarie per malattie preesistenti acute e croniche sono maggiormente vulnerabili.

## **Come si trasmette il virus?**

Principalmente attraverso il respiro, il muco e la saliva delle persone infette; probabilmente anche attraverso le feci. Il contagio può avvenire per esempio inalando lo starnuto o la tosse del malato oppure stringendogli la mano e toccando poi i propri occhi, naso o bocca con le mani contaminate. Toccando fazzoletti, materiale o superfici dove sia depositato muco oppure saliva infetti. Usando stoviglie non lavate, scambiandosi indumenti, dividendo servizi igienici o coabitando con persone malate.

Purtroppo una persona infetta può non presentare mai sintomi o essere nella fase di incubazione che precede la malattia: in entrambi i casi, tale persona è contagiosa ma difficilmente individuabile.

Per ultimo, si devono segnalare come possibili fonti di infezione anche gli animali selvatici vivi e il consumo di carni crude di provenienza sconosciuta o in luoghi esotici.

## **Il vaccino antinfluenzale protegge dal Coronavirus?**

No. Il virus dell'influenza appartiene a una famiglia diversa di virus anche se la malattia che provoca si presenta con sintomi simili alla CoviD-19. Il vaccino antinfluenzale non ha perciò nessuna efficacia contro il Coronavirus. Tuttavia, la vaccinazione antinfluenzale consente di escludere a priori, nel sospetto di CoviD-19, la possibilità che i sintomi appartengano all'influenza, indirizzando e facilitando la diagnosi.



## NORME DI COMPORTAMENTO PER TUTTI I LAVORATORI

1. Lavati spesso e accuratamente le mani con acqua e sapone oppure, in mancanza di acqua, utilizza un disinfettante liquido (gel) per le mani. Ricorda di lavare sempre le mani prima di mangiare e appena rientri a casa.
2. Evita la stretta di mano e il contatto fisico diretto con altre persone.
3. È consigliabile indossare una mascherina facciale di protezione nei luoghi dove si concentrano più persone in spazi ristretti e non sia possibile rispettare la distanza minima di un metro tra gli individui. Sostituisci la mascherina quando diventa umida.
4. Mantieni la distanza di almeno 1 metro dalle persone, in particolare da quelle che manifestano segni di malattia respiratoria, tossiscono o starnutiscono o hanno la febbre, perché il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso col respiro a distanza ravvicinata.
5. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani perché il virus può facilmente entrare nell'organismo attraverso queste vie se con le mani hai toccato persone o superfici contaminate.
6. Poni particolare attenzione alla pulizia delle superfici, degli attrezzi, delle maniglie che si impugnano nella postazione di lavoro. Tieni sempre a portata di mano disinfettanti e detergenti a base di alcol o candeggina da utilizzare all'occorrenza.
7. Copriti naso e bocca quando tossisci o starnutisci usando l'interno del gomito o fazzoletti monouso che avrai cura di gettare personalmente in un sacchetto impermeabile. Se ti copri con le mani, lavale subito dopo.
8. Tutti i DPI da indossare, guanti, mascherine, tappi auricolari, occhiali ecc. devono essere strettamente personali; non prestarli ai tuoi colleghi e non chiederli in prestito. In caso di bisogno chiedi di nuovi al caporeparto o al preposto. Dopo l'uso non abbandonarli, conservali in luogo protetto se riutilizzabili.
9. Guanti, mascherine, tappi auricolari, e tutti i DPI monouso devono essere buttati in un sacchetto impermeabile e smaltiti come materiale potenzialmente contaminato. I DPI riutilizzabili devono essere frequentemente disinfettati.
10. Utilizza tutti i servizi comuni (bagni, mensa, spogliatoio, docce ecc.) evitando l'assembramento e curando al massimo l'igiene del luogo; non lasciare residui del tuo passaggio, pulisci e elimina i tuoi rifiuti, non abbandonare stoviglie usate, non abbandonare indumenti usati, non abbandonare salviette, fazzoletti, asciugamani usati.
11. Se hai contatti ravvicinati con una persona che manifesti i segni di malattia respiratoria (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie) proteggiti indossando una mascherina e dei guanti.
12. Se accusi sintomi, anche lievi, di una malattia respiratoria (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie):
  - non recarti al lavoro
  - contatta il medico di famiglia
  - non rientrare al lavoro fino alla completa remissione dei sintomi.
13. Se hai sintomi di malattia respiratoria (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie) e negli ultimi 14 giorni, sai di aver avvicinato persone infette da Coronavirus oppure sei tornato da un luogo in Italia o all'estero dove l'epidemia è diffusa oppure sei stato a stretto contatto con persone tornate da un luogo dove l'epidemia è diffusa:
  - non recarti al posto di lavoro, rimani in casa e isolati dai tuoi familiari
  - se ne disponi, indossa mascherina e guanti
  - utilizza fazzoletti di carta monouso e raccoglili in un sacchetto impermeabile
  - **appena possibile chiama il numero telefonico del Ministero della Salute 1500, oppure il numero di riferimento regionale (vedi a fondo pagina), oppure contatta telefonicamente il tuo medico di famiglia oppure chiama i numeri di emergenza 118 e 112. Non recarti né al Pronto Soccorso né all'ambulatorio del medico.**



**AZIENDA MEDICA**

salute, prevenzione e lavoro

via Lussemburgo, 4 - 35127 PADOVA - [www.aziendamedica.it](http://www.aziendamedica.it)

---

14. Se risiedi o sei domiciliato in un Comune dove sia stato disposto dalle Autorità il divieto di allontanamento, anche se lavori in un luogo diverso e non hai nessun sintomo, non devi assolutamente recarti al lavoro né uscire dalla zona posta in isolamento.
15. Nel caso l'Azienda decida di attuare misure o controlli di carattere preventivo, concedi il tuo assenso e collabora di buon grado per favorire la tutela tua e degli altri.



## **COMPARSA DI SINTOMI DI MALATTIA RESPIRATORIA DURANTE IL LAVORO**

*Sintomi anche lievi (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie) e nei 14 giorni precedenti **nessuna delle condizioni seguenti**:*

- ✓ *hai avuto un contatto con un caso probabile o confermato di Covid-19*
- ✓ *sei stato in zone a rischio individuate dalle Autorità sanitarie, in Italia*
- ✓ *sei rientrato da viaggio all'estero in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie*
- ✓ *hai avuto contatti con persone rientrate da luoghi in Italia o all'estero situati in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie.*

1. Avvisa il Datore di Lavoro che a sua volta provvederà ad allertare il Medico Competente.
2. Non vagare in giro per la sede di lavoro, se non puoi farlo tu direttamente, manda il collega più vicino ad avvisare il Datore di Lavoro; tu procedi con i punti successivi.
3. Indossa mascherina e guanti.
4. Evita contatti ravvicinati con i tuoi colleghi.
5. Lascia la tua postazione di lavoro raccogliendo tutti i tuoi oggetti, indumenti ed eventuale materiale potenzialmente contaminato (fazzoletti, salviette, bicchieri, ecc.).
6. Abbandona quanto prima possibile i locali della sede di lavoro.
7. Recati a casa possibilmente non usando i mezzi pubblici.
8. Contatta telefonicamente il medico di famiglia.
9. Non rientrare al lavoro fino alla completa remissione dei sintomi.

*N.B. La postazione di lavoro dovrà precauzionalmente essere decontaminata prima che chiunque altro vi prenda posto.*



## **COMPARSA DI SINTOMI CON SOSPETTO DI COVID-19 DURANTE IL LAVORO**

*Sintomi anche lievi (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie) e nei 14 giorni precedenti **almeno una delle condizioni seguenti**:*

- ✓ *hai avuto un contatto con un caso probabile o confermato di Covid-19*
- ✓ *sei stato in zone a rischio individuate dalle Autorità sanitarie, in Italia*
- ✓ *sei rientrato da viaggio all'estero in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie*
- ✓ *hai avuto contatti con persone rientrate da luoghi in Italia o all'estero situati in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie.*

1. Avvisa il Datore di Lavoro che a sua volta provvederà ad allertare i Servizi di emergenza sanitaria e il Medico Competente.
2. Non vagare in giro per la sede di lavoro, se non puoi farlo tu direttamente, manda il collega più vicino ad avvisare il Datore di Lavoro; tu procedi con i punti successivi.
3. Indossa immediatamente mascherina e guanti.
4. Non devi avere contatti diretti con nessuno; mantieni una distanza di almeno 2 metri dai tuoi colleghi.
5. Non toccare direttamente superfici, maniglie e rubinetti, non usare i servizi igienici frequentati dagli altri.
6. Raccogli tutti i tuoi oggetti, indumenti ed eventuale materiale contaminato (fazzoletti, salviette, bicchieri, ecc.). Devi gettare il materiale contaminato in un sacchetto impermeabile che terrai con te e che possibilmente sarà smaltito dai sanitari che interverranno.
7. Non preoccuparti di provvedere alla disinfezione della postazione prima di lasciarla, provvederà qualcun altro in un momento successivo.
8. Recati quanto prima in un luogo isolato (se disponibile, in infermeria o nel locale eventualmente predisposto dall'azienda) e rimani da solo in attesa dell'intervento dei sanitari nel frattempo allertati dal Datore di lavoro.

*N.B. La postazione di lavoro e il luogo di isolamento dovranno essere accuratamente decontaminati prima che chiunque altro vi acceda.*



### **IN PRESENZA DI UN COLLEGA CON SOSPETTO DI COVID-19**

*Sintomi anche lievi (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie) e nei 14 giorni precedenti **almeno una delle condizioni seguenti**:*

- ✓ *ha avuto un contatto con un caso probabile o confermato di Covid-19*
- ✓ *è stato o proviene da zone a rischio individuate dalle Autorità sanitarie, in Italia*
- ✓ *è rientrato da viaggio all'estero in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie*
- ✓ *ha avuto contatti con persone rientrate da luoghi in Italia o all'estero situati in aree a rischio individuate dalle Autorità sanitarie.*

1. Avvisa il Datore di Lavoro che a sua volta provvederà ad allertare i Servizi di emergenza sanitaria e il Medico Competente.
2. Indossa mascherina e guanti.
3. Mantieni una distanza di almeno 2 metri con la persona sospettata di aver contratto la malattia.
4. Non toccare prima di accurata disinfezione, superfici, oggetti, postazione di lavoro, maneggiati precedentemente dalla persona col sospetto di malattia.
5. Fai indossare mascherina e guanti al sospettato di malattia, chiedigli di raccogliere tutte le sue cose e di rimanere isolato (se disponibile, in infermeria o nel locale eventualmente predisposto dall'azienda) in attesa dell'eventuale intervento dei sanitari.
6. Fai eliminare direttamente dal sospettato di malattia i fazzoletti di carta usati o altro materiale contaminato gettandoli in un sacchetto impermeabile che possibilmente sarà smaltito dai sanitari che interverranno sul posto.
7. Lavati accuratamente le mani ed eventualmente le superfici corporee che siano venute a contatto con i fluidi del sospettato di malattia (secrezioni respiratorie, urine, feci).



## LAVORATORI IN PARTENZA PER AREE A RISCHIO CORONAVIRUS

1. Posticipa i viaggi non necessari verso paesi a rischio Coronavirus. Per conoscere i rischi sanitari del paese consulta le schede predisposte dal Ministero degli Affari Esteri (vedi link a fondo pagina).
2. Non partire per aree a rischio Coronavirus se non sei in buona salute. Se hai patologie croniche o assumi farmaci (es. diabete, es. immunosoppressori) prima di partire consulta il tuo medico.
3. Vaccinati contro l'influenza stagionale almeno due settimane prima della partenza.
4. Prima di partire procurati i documenti richiesti per l'assistenza sanitaria secondo gli accordi stabiliti tra Italia e il Paese di destinazione (vedi link a fondo pagina).
5. Registra il viaggio presso il Ministero degli Affari Esteri (vedi link a fondo pagina).
6. Limita al massimo i rapporti con persone del paese che ti ospita.
7. Evita di visitare i mercati di prodotti alimentari freschi di origine animale e di animali vivi.
8. Evita locali affollati e mezzi pubblici affollati, consuma i pasti nel tuo alloggio.
9. Evita il contatto con persone che hanno sintomi respiratori e lavati frequentemente le mani.
10. Rivolgiti immediatamente ad un medico del posto se sviluppi sintomi di malattia respiratoria (febbre, tosse, raffreddore, mal di gola, difficoltà respiratorie); non aspettare di rientrare in Italia, negli aeroporti sono in atto controlli e potresti essere individuato e bloccato.

## LAVORATORI DOPO IL RIENTRO IN ITALIA

1. Tutti i lavoratori che rientrano da viaggi nei paesi a rischio identificati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (vedi link a fondo pagina) dovranno ottemperare alle eventuali misure prescritte dalle Autorità italiane. Ciò potrà comportare il rispetto di disposizioni come l'obbligo di permanenza domiciliare e la sorveglianza attiva.
2. Nelle due settimane successive al ritorno dal viaggio tieni sotto controllo i sintomi di malattia respiratoria: febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie.
3. Se si dovessero presentare sintomi di malattia respiratoria (febbre, tosse, mal di gola, naso che cola, difficoltà respiratorie):
  - non recarti al posto di lavoro, rimani in casa e isolati dai tuoi familiari
  - se ne disponi, indossa mascherina e guanti
  - utilizza fazzoletti di carta monouso e raccoglili in un sacchetto impermeabile
  - **appena possibile chiama il numero telefonico del Ministero della Salute 1500 riferendo del recente viaggio, oppure il numero di riferimento regionale (vedi a fondo pagina), oppure contatta telefonicamente il tuo medico di famiglia oppure chiama i numeri di emergenza 118 e 112. Non recarti né al Pronto Soccorso né all'ambulatorio del medico.**
4. Se presenti sintomi di malattia respiratoria riconducibili all'infezione da Coronavirus avvisa il Datore di Lavoro che a sua volta provvederà ad allertare il Medico Competente.
5. Se presenti sintomi di malattia respiratoria e vieni sottoposto a misure di isolamento sanitario avvisa immediatamente il Datore di Lavoro che a sua volta provvederà ad allertare il Medico Competente.





**AZIENDA MEDICA**

salute, prevenzione e lavoro

via Lussemburgo, 4 - 35127 PADOVA - [www.aziendamedica.it](http://www.aziendamedica.it)

---

LINK

[http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2\\_6.jsp?lingua=italiano&id=897&area=Assistenza%20sanitaria&menu=italiani](http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2_6.jsp?lingua=italiano&id=897&area=Assistenza%20sanitaria&menu=italiani)

<http://www.viaggiasesicuri.it/>

<https://www.dovesiamonelmondo.it/home.html>

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Numero di pubblica utilità del Ministero della Salute **1500**

Numeri verdi regionali:

Basilicata: **800 99 66 88**

Calabria: **800 76 76 76**

Campania: **800 90 96 99**

Emilia-Romagna: **800 033 033**

Friuli Venezia Giulia: **800 500 300**

Lazio: **800 11 88 00**

Liguria: **800 938 883**

Lombardia: **800 89 45 45**

Marche: **800 93 66 77**

Piemonte: **800 333 444 / 800 19 20 20**

Provincia autonoma di Bolzano: **800 751 751**

Provincia autonoma di Trento: **800 86 73 88**

Puglia: **800 713 931**

Sardegna: **800 311 377**

Sicilia: **800 45 87 87**

Toscana: **800 55 60 60**

Umbria: **800 63 63 63**

Val d'Aosta: **800 122 121**

Veneto: **800 46 23 40**