

NORME DI COMPORTAMENTO ANTI COVID

Alla luce del notevole numero di contagi da COVID 19 che, nella prima e ancor più nella seconda ondata, hanno colpito circa 70 paesi al mondo tra cui l'Italia, sono state messe in atto strategie di contenimento negli ambienti a maggior rischio di contagio.

Bar e Ristoranti

Preferire il cibo da asporto. Se si decide di consumare sul posto, bisogna prenotare per tempo, mantenere il distanziamento quando si resta in attesa e indossare la mascherina.

All'interno del locale:

- seguire le indicazioni per muoversi rispettando i percorsi obbligati
- indossare la mascherina quando ci si rivolge al personale e abbassarla soltanto per mangiare
- evitare l'uso del contante, oppure sanificare le mani dopo aver toccato il danaro
- lasciare le scarpe all'ingresso quando si fa ritorno a casa, non appoggiare gli abiti sulle sedie o sul letto.

Supermercati

Clienti:

- preparare una lista in modo da ottimizzare i tempi di permanenza nel negozio
- prima di entrare indossare la mascherina e disinfettare le mani
- all'interno del negozio mantenere la distanza di almeno un metro dagli altri clienti e dal personale
- seguire i percorsi indicati se presenti
- usare guanti per i prodotti sfusi (frutta, verdure, ecc.)
- toccare solo i prodotti che si intende acquistare
- disinfettare le mani dopo aver sistemato la spesa

Personale: indossare la mascherina e igienizzare spesso le mani.

Parrucchiere

Prenotare indicando sempre cosa bisogna fare al fine di ottimizzare i tempi di attesa all'interno del locale.

Il parrucchiere deve:

- predisporre aree di attesa (es. per la messa in posa del colore)
- prevedere una distanza minima di almeno due metri tra una postazione e l'altra
- sanificare ogni giorno tutti gli ambienti
- rispettare l'obbligo di indossare le mascherine per il personale e per i clienti

Nei centri estetici bisogna:

- tenere chiusi i pannelli delle cabine durante i trattamenti
- disinfettare le apparecchiature con detergenti a base alcolica
- turnare il personale addetto al centro
- per la cura della barba bisogna indossare mascherine chirurgiche e visiere munite di schermi facciali
- tenere le porte aperte nel caso di impianti di riscaldamento o raffrescamento accesi.

Palestre

Quando le strutture verranno riaperte chi frequenta tali ambienti deve:

- utilizzare bicchieri monouso ed evitare di scambiarsi borracce o bottiglie
- usare la tovaglia personale prima di stendersi sul tappetino
- negli esercizi di gruppo posizionare i tappetini ad almeno un metro di distanza l'uno dall'altro
- usare un detergente a base alcolica per igienizzare le mani prima e dopo aver toccato gli attrezzi
- mantenere una distanza di almeno un metro dagli altri
- non portare né consumare cibi negli spogliatoi
- usare erogatori igienizzanti automatici sia nelle sale che negli spogliatoi
- restare a casa se si accusano sintomi simili influenzali.

TAMPONI

Test antigenico rapido (tampone nasale, naso-oro-faringeo, salivare), costa meno e non ha bisogno di personale specializzato, produce un risultato in 30-60 minuti, risulta utile per indagini di screening e laddove servano risultati in poco tempo. A differenza dei test molecolari, rileva la presenza del virus non attraverso il suo acido nucleico (RNA) ma attraverso le sue proteine (proteina spike) e per questo viene chiamato anche test antigenico

L'affidabilità è inferiore al test molecolare e si aggira intorno al 70%, pertanto, può richiedere conferma attraverso il ricorso al test molecolare.

Test molecolare, produce un risultato attendibile al 90-95% disponibile dopo 48 ore circa, viene effettuato dall'ASL su segnalazione del medico di base nei seguenti casi:

se si è entrati in contatto con una persona alla quale è stata confermata l'infezione al decimo giorno dall'ultimo contatto

se compaiono sintomi da covid dopo aver consultato il medico di base o il pediatra

se si è risultati positivi al test molecolare per controllare l'avvenuta guarigione

Test sierologico, a seconda della metodologia di analisi possono essere di tipo:

qualitativo: si tratta di un test rapido che viene fatto attraverso una goccia di sangue utilizzando un kit portatile che rileva la presenza degli anticorpi

quantitativo: riguarda un test che viene fatto attraverso un prelievo di sangue analizzato da un'apparecchiatura in dotazione alle strutture sanitarie

Il test quantitativo individua lo sviluppo degli anticorpi IgM e IgG. Le IgM vengono prodotte dal sistema immunitario dopo 4-6 giorni dalla comparsa dei sintomi della malattia e dopo qualche settimana scompaiono; le IgG si formano dopo 9-12 giorni e restano nell'organismo per qualche mese (circa tre).

Allo scopo di ridurre i risultati falsi positivi è consigliabile ricorrere ai test del tipo Clia (chemiluminescenza) o Elisa (immunoenzimatico) la cui attendibilità si aggira intorno al 90-95%.