

I.T.I. OMAR



GESTIONE SCOLASTICA DEL VIRUS INFLUENZALE A/H1N1

Procedure igienico sanitarie



OTTOBRE 2009

REVISIONE 01

SOMMARIO

<i>La sindrome influenzale da virus A/H1N1</i>	<u>3</u>
<i>Misure di prevenzione</i>	<u>3</u>
<i>Come lavare correttamente le mani con sapone ed acqua</i>	<u>4</u>
<i>Come evitare il contatto fisico</i>	<u>5</u>
<i>Modalità di utilizzo della maschera sanitaria</i>	<u>5</u>

Ai fini di individuare le più adeguate misure di protezione e prevenzione del proprio personale scolastico a seguito dell'attesa pandemia da virus influenzale A/H1N1, l'I.T.I. OMAR ha adottato un proprio piano di prevenzione stabilendo le procedure che dovranno essere seguite al riguardo.

La sindrome influenzale da virus A/H1N1

L'influenza da virus H1N1 è una malattia provocata da virus che colpisce prevalentemente le alte vie respiratorie come la normale influenza stagionale.

L'infezione si trasmette principalmente per via aerea, attraverso le goccioline di saliva emesse con la tosse, lo starnuto o anche semplicemente parlando, tuttavia si può trasmettere anche tramite le mani ed altri oggetti contaminati (superfici di lavoro, telefoni,...). I virus dell'influenza (incluso il nuovo virus influenzale A/H1N1) possono in linea teorica persistere sulle superfici non porose per 24-48 ore; tuttavia, già dopo poche ore l'infettività delle particelle virali si riduce in maniera significativa per effetto della esposizione all'ambiente esterno ed agli agenti atmosferici.

I virus dell'influenza resistono molto bene nell'ambiente esterno anche in situazioni di bassa temperatura ed umidità e si diffondono facilmente negli ambienti affollati. I sintomi dell'influenza (febbre, mal di testa, malessere generale, tosse, raffreddori, dolori muscolari ed articolari), sono comuni a molte altre malattie e comportano un'affezione respiratoria ad esordio acuto, generalmente con febbre al di sopra dei 38°C. Solitamente la malattia dura circa una settimana, salvo eccezionali complicanze dovute a sovrainfezioni batteriche più facili a verificarsi in soggetti affetti a malattie preesistenti (Asma, bronchite cronica, diabete, gravi patologie cardiocircolatorie, ecc.).

In relazione al mutare delle condizioni epidemiologiche della diffusione del nuovo virus A/H1N1, le relative misure di mitigazione e controllo sono in continua evoluzione e differiscono in parte da quelle condotte per la prevenzione e controllo dell'influenza stagionale.

Misure di prevenzione

E' fondamentale per evitare la diffusione del virus garantire una buona igiene delle mani e delle secrezioni respiratorie, attraverso l'adozione di alcune precauzioni quali:

- ❖ Coprire naso e bocca in caso di starnuti o tosse con fazzoletto; i fazzoletti infetti possono essere smaltiti in normali recipienti purché dotati di coperchio.
- ❖ Lavare con attenzione le mani con acqua e sapone o con soluzione idroalcolica e farlo con regolarità (soprattutto se ci si è toccati il naso o la bocca o se si sono toccate superfici sporche), fare riferimento alle istruzioni riportate nel paragrafo [“Come lavare correttamente le mani con sapone ed acqua”](#).
- ❖ Evitare contatti ravvicinati soprattutto con persone che potrebbero essere malate, consultare il paragrafo [“Come evitare il contatto fisico”](#) in merito alle comuni prassi da adottare.
- ❖ Arieggiare bene l'ambiente in cui si lavora aprendo le finestre (5 minuti ogni 2 ore) o garantendo il corretto funzionamento degli impianti di condizionamento, curare la pulizia e sanificazione degli ambienti.
- ❖ Praticare comportamenti igienici quali dormire un tempo adeguato, alimentarsi in modo corretto e svolgere attività fisica.

- ❖ Se ci sono sintomi che ricordano l'influenza (disturbi delle prime vie aeree, tosse o dolori muscolari con o senza febbre) rimanere a casa e informare il proprio medico di medicina generale o pediatra di famiglia; non uscire o frequentare collettività se c'è febbre, ma per prudenza anche dopo che i sintomi sono passati, per almeno 24 ore.
- ❖ Quando è presente un malato in famiglia occorre monitorare quotidianamente il proprio stato di salute, evitare i contatti ravvicinati, utilizzare fazzoletti di carta ed eliminarli rapidamente, arieggiare i locali di frequente; non è necessario l'utilizzo di stanze/bagni singoli.
- ❖ Gravidanza ed influenza: le donne in stato di gravidanza, e particolarmente quelle nel secondo e terzo trimestre di gravidanza, sono a maggior rischio di complicazioni da influenza stagionale, pertanto ai primi sintomi di influenza devono consultare immediatamente il proprio medico.
- ❖ In merito alle mascherine sanitarie, l'incidenza modesta di casi attuale in Italia non ne giustifica l'utilizzo; sarà cura della scuola comunicarne l'obbligo. In via cautelativa, se ciò si renderà necessario, nel paragrafo "Modalità di utilizzo della maschera sanitaria" le istruzioni da seguire per un corretto utilizzo.

Come lavare correttamente le mani con sapone ed acqua

Il solo sapone non è sufficiente per rimuovere i germi; è la combinazione di sapone, strofinatura, risciacquo ed asciugatura che permette l'eliminazione dei germi dalle mani. Operare in base al seguente schema:

- Bagnare le mani.
- Applicare il sapone, preferibilmente di tipo liquido.
- Strofinare le mani, senza lavarle, fregando sia i palmi che il dorso delle mani; prestare particolare attenzione alle dita ed alle unghie (per queste ultime strofinare dolcemente le dita contro il palmo dell'altra mano); l'operazione di strofinio deve durare per almeno 30 secondi.
- Sciacquare con acqua corrente.
- Asciugare le mani usando un panno a perdere (eliminarlo dopo l'uso) oppure un asciugatore ad aria calda.



Strofinare le unghie e le punte delle dita



Strofinare il palmo delle mani



Strofinare tra le dita



Strofinare di nuovo le mani



Attenzione: la presenza di anelli e braccialetti riduce l'efficacia del lavaggio; rimuoverli e lavarli prima di procedere con le mani.

Come evitare il contatto fisico

All'inizio della malattia, la persona è contagiosa senza rendersene conto e senza presentare alcuni segnali dell'influenza; è pertanto importante essere prudenti ed adottare semplici cautele durante i nostri contatti con altri.

In presenza di una pandemia, si raccomandano le seguenti precauzioni:

- Evitare contatti diretti tra persone, quali abbracci e strette di mano.
- Dare priorità all'uso di telefoni, e-mails e video-conferenze rispetto agli incontri diretti.
- Evitare viaggi, riunioni ed interviste se non strettamente necessari.
- Se non è possibile annullare una riunione od utilizzare mezzi di comunicazione da remoto quali telefoni, e-mails e video-conferenze, durante gli incontri mantenere una distanza minima di protezione sanitaria di 2 m tra le persone.
- Evitare luoghi ristretti ed affollati, quali gli ascensori.

L'influenza può essere trasmessa attraverso contatto con mani, oggetti o superfici sulle quali una persona malata ha starnutito o tossito. Il lavaggio regolare delle mani risulta perciò essenziale per prevenire il contagio, consultare il paragrafo "[Come lavare correttamente le mani con sapone ed acqua](#)".

Modalità di utilizzo della maschera sanitaria

La maschera sanitaria, detta anche maschera "chirurgica", è utilizzata sia per evitare la proiezione di materiale biologico contaminato (secrezioni nasali e saliva) contenente i virus dalla persona influenzata che la indossa sia per offrire ai soggetti sani una protezione dal contagio.



Attenzione: per essere efficace la maschera deve essere sostituita ogni 4 ore o quando risulta umida.

Rispettare le seguenti istruzioni:

- ❖ Posizionare correttamente la maschera sulla faccia, mediante gli appositi lacci. Il grado di protezione della maschera dipende dalla ermeticità della stessa sul volto, di conseguenza eventuali gap d'aria devono essere eliminati.
- ❖ Immagazzinare in un luogo fresco ed asciutto.
- ❖ Smaltire le maschere dopo ogni uso ed almeno alla fine di ogni giornata, in normali recipienti purché dotati di coperchio.
- ❖ Rispettare la data di scadenza indicata nelle istruzioni.



Posizionare la
maschera sul volto
ed assicurarla
mediante gli
appositi lacci



Modellare la
maschera in
corrispondenza
del naso



Tiri la maschera al
di sotto del mento