

**CORONAVIRUS**  
insieme possiamo!



#ripartiamosicuri  
**FONDAZIONE MANTOVANI**

Nell'opuscolo troverà alcune informazioni sul CORONAVIRUS e alcuni consigli importanti da seguire in casa e quando è fuori casa, **per proteggere la sua salute e quella dei suoi cari.**

Inoltre, se è un **volontario**, un **fornitore esterno**, e soprattutto se è un **familiare** di un residente in Casa Famiglia, **deve ricordare:**

**la prima forma per proteggere i nostri anziani è NON entrare in struttura in caso di sintomi sospetti!**

**Il CORONAVIRUS ci farà compagnia per molti mesi.**

**Regole igieniche e consigli** di questa guida dovranno diventare parte del nostro **vivere quotidiano**, soprattutto quando ci avviciniamo alle nostre Case Famiglia.

**LEGGERE CON ATTENZIONE E GRAZIE PER IL SOSTEGNO!**

#ripartiamosicuri  
**Fondazione Mantovani**

## Quali sono i sintomi del coronavirus

La malattia può colpire le persone in modo diverso; a volte una persona contagiata non mostra nessun sintomo. Altre volte, i sintomi sono simili al raffreddore o all'influenza:

- **Febbre**
- **dolori muscolari**
- **congestione nasale**
- **mal di gola**
- **tosse**
- **difficoltà a respirare**
- **infiammazione degli occhi**
- **diarrea**
- **mal di testa**
- **perdita dell'olfatto**
- **perdita del gusto**

In alcuni casi l'infezione può provocare gravi polmoniti, che possono anche portare alla morte.

Questo avviene più spesso nelle persone con problemi di salute e negli anziani.

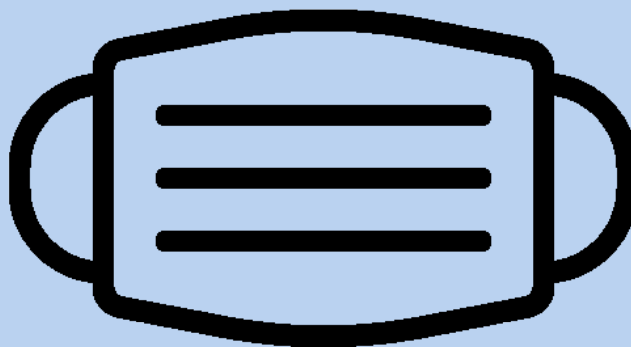
## Come viene trasmesso il coronavirus

Il virus si trasmette attraverso piccolissime goccioline di saliva che si diffondono nell'aria quando parliamo, starnutiamo, tossiamo.

Ci si infetta quando le goccioline di saliva che contengono il virus vengono a contatto con le mucose di bocca, naso e occhi (per questo è importante mantenere la distanza di almeno un metro).

Le goccioline di saliva di una persona infetta possono anche finire sulle mani, sulle superfici e sugli oggetti vicini.

Anche in questo modo si può trasmettere il virus (per questo è importante lavarsi spesso le mani e sanificare le superfici).



#ripartiamosicuri  
**Fondazione Mantovani**

## Consigli per quando si è fuori casa

- **Mantenere almeno un metro di distanza dalle altre persone.**
- **Evitare abbracci e strette di mano.**
- **Mettere la mascherina chirurgica, sempre, soprattutto se si entra in un luogo chiuso frequentato anche da altre persone. In ogni caso, seguire le indicazioni di Regione Lombardia.**
- **Quando si fa la spesa al mercato, al supermercato oppure in farmacia, è utile mettere i guanti monouso (da buttare al termine dell'utilizzo).**
- **Utilizzare spesso i prodotti igienizzanti per le mani a base di alcol (con concentrazione di alcol al 70%), soprattutto dopo il contatto con oggetti toccati da altre persone (ad esempio, i carrelli della spesa, le maniglie sui mezzi pubblici, i pulsanti dell'ascensore, ecc) o dopo essersi tolti i guanti.**
- **Non toccare mai la bocca, il naso e gli occhi con le mani.**
- **In caso di starnuti o colpi di tosse, coprire la bocca e il naso con un fazzoletto di carta: dopo averlo usato deve essere gettato subito (se non si ha un fazzoletto di carta non usare le mani, ma coprire la bocca e il naso con l'incavo del braccio piegato).**

## Consigli per quando si è a casa

- **Appena si rientra a casa, lavare subito bene le mani.**
- **In caso di febbre e/o sintomi respiratori (e/o gastrointestinali in particolare nei bambini) non uscire di casa e contattare il proprio medico curante.**
- **Praticare un'accurata igiene degli ambienti e delle superfici con particolare attenzione a quelle che più frequentemente vengono toccate o manipolate o sulle quali possono depositarsi goccioline prodotte con il respiro, il parlato o colpi di tosse e starnuti.**

**Previene le infezioni  
con il corretto lavaggio  
delle mani**



Utilizza sapone (meglio quello liquido della saponetta) e acqua corrente, preferibilmente calda

Applica il sapone su entrambi i palmi delle mani e strofina sul dorso, tra le dita e nello spazio al di sotto delle unghie per almeno 40-60 secondi

Risciacqua abbondantemente con acqua corrente

Asciuga le mani possibilmente con carta usa e getta, con un asciugamano personale pulito o con un dispositivo ad aria calda

 *Ministero della Salute*

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

#ripartiamosicuri  
Fondazione Mantovani

## **È un familiare, un volontario, un operatore? Ecco le procedure da rispettare in Casa Famiglia!**

La principale modalità di prevenzione per i residenti in Casa Famiglia è quella di evitare l'ingresso, anche temporaneo, a persone che presentino sintomi di infezione respiratoria acuta, anche di lieve entità, o che abbiano avuto un contatto stretto con casi di COVID-19 sospetti/probabili/confermati negli ultimi 14 giorni.

Per questo quanti presentano sintomi simil-influenzali (tosse secca, dolori muscolari diffusi, mal di testa, rinorrea, mal di gola, congiuntivite, diarrea, vomito e/o febbre) devono stare a casa e non venire in RSA, neanche per incontri protetti o all'esterno della struttura.

**In ogni caso, in caso di ingresso e visita, si procederà nel seguente modo:**

- **Misurazione della temperatura (con termometri a distanza che non comportano il contatto).**
- **Compilazione del registro ingressi.**
- **Rispetto di tutte le norme comportamentali e delle precauzioni che saranno indicate per la prevenzione dell'infezione da SARS-CoV-2.**



#ripartiamosicuri  
**Fondazione Mantovani**

## **Sta per incontrare il suo familiare? Queste le regole!**

Il parente e il familiare, in occasione della visita, può fare la differenza nelle azioni di prevenzione e controllo da Covid-19!

Sarebbe bello poter abbracciare i propri cari, accarezzarli, prenderli sottobraccio, mettere a posto i loro occhiali o stringere le mani!

**Ma le norme a difesa della loro salute e del loro benessere, insieme a quella di tutti gli altri residenti, purtroppo in questo momento non lo consentono! Chiediamo pertanto, in sede di incontro, il rigoroso e puntuale rispetto delle seguenti misure:**

- **All'uscita di casa praticare l'igiene delle mani: attento e prolungato lavaggio con acqua e sapone.**
- **Indossare sempre la mascherina, correttamente posizionata e i guanti monouso.**
- **All'arrivo in struttura, prima dell'incontro, sanificare le mani con soluzione idroalcolica.**
- **Evitare ogni contatto diretto con il residente, strette di mano, baci e abbracci.**
- **Mantenersi a distanza di almeno 2 metri dalle altre persone.**
- **Prestare attenzione all'igiene respiratoria: tossire e starnutire allontanandosi il più possibile dalle altre persone, in direzione libera e coprendo naso e bocca usando fazzoletti o utilizzando la piega del gomito; i fazzoletti dovrebbero essere preferibilmente di carta.**
- **Evitare di condividere oggetti, consegnare indumenti, occuparsi della biancheria, toccare asciugamani, salviette, piatti, bicchieri, posate, cibo, ecc.**
- **Al momento del saluto mantenere sempre la distanza di sicurezza di 2 metri evitando contatti diretti.**

**Eventuali oggetti devono essere riposti negli appositi contenitori situati all'entrata della struttura, l'operatore li sanificherà prima di consegnarli al residente.**



## **Prima di uscire di casa:**

**Prima di uscire di casa procedere all'automisurazione della temperatura, chiedendo di annullare l'appuntamento in caso di temperatura uguale o maggiore di 37.5° C.!**

## **Prima dell'incontro:**

**Prima dell'incontro, il personale addetto sottoporrà una autodichiarazione dove si dovrà dichiarare -sotto la propria responsabilità- l'assenza nel nucleo familiare di persone con febbre o sintomi di malattia respiratoria.**



#ripartiamosicuri  
**Fondazione Mantovani**