

## MODULO 4

### MISURE IPC (INFECTION AND PREVENTION CONTROL) BASE DA ADOTTARE NELL'ASSISTENZA DOMICILIARE A TUTELA DI ASSISTITI ED OPERATORI

Gli operatori che fanno assistenza a persone malate o vulnerabili sono maggiormente esposti al rischio di contagio. Perciò è fondamentale che si informino attraverso notizie e fonti attendibili e sappiano come proteggersi dal rischio per sé stessi e per le persone che assistono.

- LE PRINCIPALI FINALITA' DELLE MISURE DI PREVENZIONE, PROTEZIONE E CONTROLLO DELLE INFEZIONI SONO DI TUTELA DELLA SALUTE SIA DEGLI ASSISTITI/PAZIENTI SIA DEGLI OPERATORI DEL TERRITORIO

#### **1. COSA DEVO FARE A CASA PER PREVENIRE IL RISCHIO DI CONTAGIO?**

In questo periodo tutti dobbiamo adottare misure per prevenire la disseminazione del virus, attraverso l'interruzione della catena di trasmissione.

Queste misure devono essere adottate sempre nelle nostre case e nei luoghi di lavoro, soprattutto se lavoriamo in ambito domiciliare e ci occupiamo di più utenti/famiglie.

Queste regole devono essere utilizzate anche da operatori assistenziali che CONVIVONO con gli assistiti, e che quindi sono equiparati a famigliari conviventi.

Le regole sono da applicare per persone e famiglie che NON SIANO CASI SOSPETTI O CONFERMATI di Covid-19:

#### "NO TOUCH" POLICY

- Cosa: **non toccare persone al di fuori della tua famiglia**; limita il più possibile anche i contatti con i tuoi familiari non conviventi, **specialmente con gli anziani e con persone con patologie pregresse. Se hai bambini in famiglia, è importante mantenere un contatto fisico con loro e giocare insieme.**
- Quando: sempre
- Dove: ovunque, specialmente quando esci per fare la spesa o per bisogni primari
- Perché: il virus è presente nella nostra saliva e spesso le nostre mani sono contaminate per mezzo delle normali attività che svolgiamo con esse (toccarci il viso, soffiarsi il naso ecc.), perciò meno tocchiamo le altre persone e più difficile sarà la trasmissione del virus.

#### DISTANZA DI SICUREZZA

- Cosa: Mantieniti ad **almeno 1 metro di distanza** da chiunque quando esci per fare la spesa o per i bisogni primari
- Quando: sempre (nei negozi, nell'ascensore, ecc.)
- Dove: ovunque
- Perché: il virus è presente anche nelle goccioline del nostro respiro e perciò dobbiamo mantenere una distanza minima affinché queste goccioline non possano raggiungerci.

### IGIENE RESPIRATORIA

- Cosa: anche a casa, non starnutire o tossire nell'aria o con la mano davanti al naso e alla bocca, ma usa **un fazzoletto di carta (da gettare subito dopo) o alternativamente la piega del gomito**, per evitare la contaminazione sulle superfici comuni
- Quando: ogni volta che starnutisci o tossisci
- Dove: ovunque
- Perché: evitare che le goccioline (e il virus contenuto in esse) si dissemini attorno a te

### LAVARE LE MANI

- Cosa: **Lava le mani con acqua e sapone** e asciugale. (cambia frequentemente gli asciugamani). In alternativa, utilizza gel disinfettante, specialmente quando esci di casa per fare la spesa o per gli altri bisogni primari.
- Quando: ogni volta che rientri a casa, prima e dopo aver preparato i pasti, prima e dopo mangiato, prima e dopo essere andato in bagno, prima e dopo aver assistito altre persone nell'igiene personale (bambini, anziani e persone non autonome), e regolarmente durante il giorno.
- Dove: lava le mani al bagno o utilizza il gel disinfettante.
- Perché: il sapone rimuove il virus

### IGIENE DELLA CASA:

- Cosa: Tieni la casa pulita. Superfici che vengono spesso toccate sono banconi, tavoli, maniglie, sanitari, mobili del bagno, telefoni, tastiere, tablets e comodini. Pulisci anche qualsiasi superficie che possa avere macchie di sangue, feci o altri fluidi corporei. Utilizza detergenti che contengano clorina all'0,5% (per ottenere un detergente efficace, versate mezzo bicchiere di candeggina in una bottiglia da un litro e portate a volume di un litro aggiungendo acqua corrente) o 70% di alcol.
- Quando: almeno una volta al giorno, più spesso se è visibilmente sporco, specialmente di sangue, feci o liquidi corporei.
- Dove: tutta la casa, specialmente la cucina, il bagno e la tua camera.
- Perché: il disinfettante uccide il virus

## **2. ASSISTENZA DOMICILIARE: MISURE DI PREVENZIONE E CONTROLLO DELLA TRASMISSIONE DELL'EPIDEMIA DI COVID-19**

La prevenzione delle infezioni in generale, e quindi anche di quelle respiratorie, si basa su tre punti fondamentali:

- l'igiene delle mani
  - La pulizia e l'igiene degli ambienti e dei dispositivi sanitari/assistenziali
  - L'utilizzo di dispositivi di protezione individuali (DPI) idonei.
- L'igiene delle mani è il cardine del controllo delle infezioni, in ogni contesto e per ogni tipo di infezione perché è la misura più efficace e anche più economica. L'igiene delle mani si pratica utilizzando acqua e sapone, soprattutto se le mani sono

visibilmente sporche. Il lavaggio va fatto per un tempo di almeno 40 secondi e seguendo una sequenza ben precisa così come illustrato sul sito del ministero della Salute.

([http://www.salute.gov.it/imgs/C\\_17\\_opuscoliPoster\\_340\\_allegato.pdf](http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_340_allegato.pdf))

Oppure l'igiene delle mani si può ottenere utilizzando un gel idroalcolico e frizionando le mani per 20 secondi. Ricordiamo poi l'importanza della pulizia e disinfezione degli strumenti sanitari e assistenziali, che devono essere puliti e disinfettati con alcol etilico al 70% tra un utente e l'altro.

- **La pulizia degli ambienti** è fondamentale per la prevenzione del contagio poiché il virus può essere presente sulle superfici e resistere anche molte ore.

La pulizia deve essere almeno quotidiana, possibilmente più frequente in base al carico di lavoro o alla tipologia di persona assistita. Si deve porre attenzione soprattutto alle superfici toccate frequentemente quali la superficie del bagno, della cucina, tavoli, sedie e maniglie. La pulizia con normale detergente deve essere seguita da una disinfezione con i disinfettanti raccomandati cioè ipoclorito di sodio allo 0,1 o 0,5%. Per le grandi superfici ad esempio i pavimenti è preferibile usare l'ipoclorito di sodio più diluito (allo 0,1%) per piccole superfici si può utilizzare lo 0,5%. In alternativa si possono usare alcol etilico al 70%. La scelta del disinfettante è in relazione al materiale da disinfettare.

- **I dispositivi di protezione individuali (DPI)** necessari agli operatori sanitari devono essere scelti ed utilizzati facendo riferimento al documento Rapporto COVID 2/2020 dell'Istituto Superiore di Sanità

([https://www.iss.it/documents/20126/0/Rapporto+ISS+COVID+2+\\_Protezioni\\_REV.V6.pdf/740f7d89-6a28-0ca1-8f76-368ade332dae?t=1585569978473](https://www.iss.it/documents/20126/0/Rapporto+ISS+COVID+2+_Protezioni_REV.V6.pdf/740f7d89-6a28-0ca1-8f76-368ade332dae?t=1585569978473)) che si basa sulle indicazioni

dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che riguardano:

- Il rischio di esposizione (ad esempio, tipo di attività o procedura),
- La dinamica di trasmissione dell'agente patogeno (ad es. attraverso contatto, goccioline o droplets o aerosol) e
- La tipologia di paziente che si sta trattando (sintomatico o non sintomatico, positivo o meno a COVID-19)

Questi elementi orientano nel tipo di DPI da utilizzare. Ci sarà una sessione dedicata (Modulo 5) all'utilizzo dei dispositivi di protezione. Pertanto ti invitiamo a leggere quella per approfondimento.

### **3. COME DEVO COMPORTARMI PER PROTEGGERMI DURANTE IL LAVORO DOMESTICO E DURANTE L' ASSISTENZA DOMICILIARE AI PAZIENTI?**

Le regole sotto riportate riguardano il lavoro domestico e di assistenza per persone che NON SONO CASI SOSPETTI DI COVID-19: quindi persone (o famiglie) che NON presentano sintomi respiratori/simil-influenzali/febbre, che NON sono CONTATTI STRETTI di persone sospette e che NON sono casi confermati o probabili di Covid-19. (l'assistenza ai pazienti positivi o sospetti verrà trattata nel Modulo 7).

#### **PRIMA DI ANDARE AL LAVORO:**

- Assicurati di STARE BENE e di NON avere sintomi
- Telefona alla famiglia o alla persona che assisti per accertarti che stia bene, che non ci siano cambiamenti nel suo stato di salute e che non abbia sviluppato sintomi. Se non puoi farlo telefonicamente, accertati delle sue condizioni di salute all'arrivo a domicilio

e PRIMA di qualsiasi contatto (puoi aiutarti con il Modulo 3 dove parliamo di monitoraggio preventivo)

- Assicurati di avere con te, o che al tuo arrivo ci siano, i dispositivi di protezione individuale che ti serviranno per il tuo lavoro.

### QUANDO ARRIVI A DOMICILIO

- Assicurati che la persona/famiglia che assisti stia bene
- Rimuovi gli indumenti (comprese le scarpe) che hai utilizzato all'esterno ed indossa abiti "da interno". Lascia gli abiti "da esterno" e le scarpe in un luogo isolato della casa, possibilmente all'ingresso.
- Lavati le mani con acqua e sapone per almeno 40 secondi ed asciugati in un asciugamano a te dedicato.
- In caso tu debba utilizzare il bagno, assicurati di disinfettarlo con una soluzione di clorina al 0.5% o di alcool al 70% **prima e dopo l'uso**.
- In caso utilizzi stoviglie, assicurati di lavarle bene prima e dopo l'uso o di averne alcune a te dedicate.

### DURANTE IL LAVORO

- Lavati sempre le mani prima e dopo essere venuto a contatto con la persona che assisti.
- Se non ti occupi direttamente dell'igiene della casa, assicurati che venga fatta **ALMENO UNA VOLTA AL GIORNO** la disinfezione di superfici comunemente utilizzate (vedi punto 3). Se sei tu che te ne occupi, fallo ad ogni tua visita.
- Apri le finestre spesso e se puoi mantieni un ricircolo di aria costante all'interno dell'abitazione.
- Entra in contatto ravvicinato con la persona che assisti solo quando è necessario.
- Indossa i dispositivi di protezione individuale se fai manovre o procedure che implicano uno stretto contatto con la persona assistita e se vieni a contatto con secrezioni, mucose o liquidi biologici.
- Nel modulo 5 di questo percorso formativo spieghiamo in dettaglio come usare i dispositivi di protezione in base alle attività da effettuare. Ti invitiamo a leggerlo con cura per approfondire l'argomento e tutelare te stesso e le persone che assisti
- Cerca di evitare il contatto ravvicinato con lenzuola, indumenti e oggetti personali utilizzati dall'assistito. Se lo fai, abbi cura di proteggerti dal contatto diretto e lavati accuratamente le mani.

### SE LAVORI CON I BAMBINI:

Mantenere le distanze e rispettare le regole che abbiamo riportato può essere complesso quando si lavora con i bambini. Non ci sono, ad oggi, indicazioni chiare da parte del Ministero della Sanità su come comportarsi nella gestione dell'infanzia.

- Rispetta le regole di igiene e attenzione alla disinfezione di indumenti e superfici che abbiamo spiegato sopra.
- Evita contatto troppo stretto se possibile, evita baci e abbracci.
- Mantenere una distanza fisica di almeno 1 metro quando ci occupiamo di bambini è difficile, quindi è essenziale che ci sia un rapporto di fiducia con la famiglia e si chiariscano alcune regole essenziali come scambiarsi costantemente informazioni reciproche riguardo

il proprio stato di salute o l'insorgenza di sintomi. Qualora ci sia un cambiamento nello stato di salute di un componente della famiglia o della babysitter, è essenziale venga comunicato immediatamente. Così come se si pensa di avere avuto un contatto stretto con una persona positiva o un comportamento a rischio.

- È inoltre importante non creare promiscuità lavorativa e che la babysitter si occupi di una famiglia sola in questo periodo, piuttosto che di più famiglie contemporaneamente.

#### DOPO IL LAVORO

- Smaltisci i dispositivi di protezione, se utilizzati, in un apposito sacchetto che devi chiudere e gettare nel bidone della raccolta indifferenziata.

Lavati le mani prima di lasciare il luogo di lavoro.

- Assicurati che gli indumenti che hai utilizzato durante il lavoro siano lavati a temperatura di almeno 60°, o in alternativa richiudili in una busta e lavalì ad alta temperatura una volta a casa. **NON LAVARE GLI INDUMENTI DI LAVORO CON I CAPI DI ABBIGLIAMENTO "da casa" o dei tuoi famigliari.**
- Se vai da un altro assistito/famiglia, cambiatì gli abiti da lavoro nuovamente sostituendoli con un cambio pulito.

