

telefono
fax
e-mail

Via Dogana 16
091 814 40 02/03
091 814 44 46
dss-umc@ti.ch

Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità
Divisione della salute pubblica

Funzionario
incaricato

**Ufficio del medico cantonale
6501 Bellinzona**

telefono
e-mail

Ai medici
con libero esercizio
nel Cantone Ticino
(per il tramite dell'OMCT)

Bellinzona
20 marzo 2020



Ns. riferimento

Vs. riferimento

Info med – Coronavirus 6

Aggiornamento COVID-19: auto-quarantena e auto-isolamento estesi a 10 giorni!

Gentile collega,
Egregio collega

Vi trasmetto un nuovo aggiornamento sul COVID-19 in base alle nuove raccomandazioni **emesse ieri dall'UFSP per la gestione delle persone malate e dei loro contatti, valide da subito**. In particolare, la situazione attuale richiede che la trasmissione del virus sia rallentata al massimo. Di conseguenza, **la durata dell'auto-quarantena è ora estesa a 10 giorni**. Le persone che sono in quarantena secondo le disposizioni dell'8 marzo 2020, possono terminare la quarantena in base alle vecchie raccomandazioni (5 giorni). Devono, come raccomandato, osservare il proprio stato di salute anche dopo la quarantena e attenersi alle regole di igiene e di comportamento dell'UFSP.

Per quanto riguarda le persone con sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie (p. es. tosse, mal di gola, affanno) con o senza febbre, sensazione di febbre, dolori muscolari, che siano testate o meno, anch'esse devono restare a casa in **auto-isolamento per almeno 10 giorni**.

Con il forte aumento dei casi di COVID-19 in Svizzera vi è attualmente un'alta probabilità che una persona che presenti una malattia respiratoria acuta sia affetta dal nuovo coronavirus. Per cui occorre adottare tutti i provvedimenti possibili e necessari per rallentare la diffusione e appiattire la curva epidemica.

Gli obiettivi restano quelli di rallentare la diffusione del virus, proteggere le persone con rischio elevato di complicazioni (persone particolarmente a rischio) e non sovraccaricare il sistema sanitario, in modo da garantire le risorse necessarie per curare i casi gravi, in particolare coloro che necessitano di cure intensive.

Il principio cardine resta quello di tenersi a distanza (**distanziamento sociale**) per proteggere le persone particolarmente a rischio e per mantenere il più basso possibile il numero di persone che si ammalano contemporaneamente, per cui:

- le strutture sanitarie danno priorità alla presa a carico dei casi gravi e delle persone particolarmente a rischio;
- il personale sanitario è protetto;
- i malati che non necessitano di una presa a carico medica restano a casa;
- le persone infettate possono essere contagiose prima, durante o dopo la comparsa dei sintomi. Inoltre, i sintomi possono essere blandi e quindi la malattia può avere un decorso inosservato. Perciò anche le persone che non hanno sintomi devono comportarsi come se fossero contagiose, mantenendo la distanza dalle altre persone. Appena compaiono i sintomi, devono isolarsi.

Le persone particolarmente a rischio sono quelle che rischiano di avere un decorso grave della malattia e la gestione dell'epidemia è orientata alla loro protezione. Esse sono:

- le persone sopra i 65 anni;
- le persone di qualsiasi età affette da:
 - o ipertensione in trattamento o che necessita un trattamento
 - o diabete
 - o malattie cardiovascolari
 - o malattie croniche delle vie respiratorie
 - o malattie e terapie che indeboliscono il sistema immunitario
 - o cancro

Gestione delle persone sintomatiche

Auto-isolamento: in caso di sintomi restare a casa

Le persone con sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie (p. es. tosse, mal di gola, affanno) con o senza febbre, sensazione di febbre, dolori muscolari, **che siano testate o meno, restano a casa per almeno 10 giorni.**

Chiamano un medico soltanto se il loro stato di salute lo richiede oppure se lo stato di salute peggiora:

- o in caso di rischio elevato di complicazioni (persone particolarmente a rischio);
- o se hanno difficoltà respiratorie;
- o se i sintomi delle vie respiratorie si aggravano.

In caso di auto-isolamento i pazienti ricevono dal loro medico istruzioni scritte per evitare contagi (allegate) o possono scaricarle sul sito UFSP www.ufsp.admin.ch/nuovo-coronavirus.

Indicazione per le donne incinte: anche se stando alle conoscenze attuali le donne incinte non sono tra le persone che presentano un rischio elevato di decorso grave, in caso di sintomi come la presenza di febbre si raccomanda loro di consultare telefonicamente il proprio ginecologo.

Durata dell'isolamento:

Auto-isolamento a casa: fino a 48 ore dopo la scomparsa dei sintomi e se sono trascorsi almeno 10 giorni dalla loro comparsa.

Isolamento ospedaliero: si può tornare a casa non appena lo stato clinico lo consente o secondo i criteri definiti per l'auto-isolamento.

Criteri per il test

Vengono testati prioritariamente i pazienti **con sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie** (p. es. tosse, mal di gola, affanno) **con o senza febbre**, sensazione di febbre, dolori muscolari

E

che soddisfano uno dei seguenti criteri per il test:

1. sintomi gravi, cioè presenza di criteri medici per un ricovero ospedaliero (polmonite bilaterale, ARDS...);
2. persone con elevato rischio di complicazioni (persone particolarmente a rischio);
3. professionisti della sanità a contatto con i pazienti o gli ospiti di case di cura o istituzioni sanitarie

I medici curanti possono decidere di testare persone sintomatiche che non corrispondono a questi criteri **se ciò è necessario per la protezione di terzi particolarmente a rischio**. Tuttavia occorre evitare, per quanto possibile, che ricorrano al sistema sanitario persone che non ne hanno bisogno. Ribadiamo che finché non sarà disponibile un trattamento specifico, un test non ha alcuna influenza sulla terapia ambulatoriale.

ATTENZIONE: Attualmente la disponibilità di materiale per effettuare gli strisci nasofaringei è ridotta: finché la situazione non si risolve i test sono da riservare prioritariamente ai casi più gravi!

Gestione dei contatti delle persone sintomatiche: auto-quarantena

I contatti delle persone malate (che vivono nella stessa economia domestica, che intrattengono una relazione intima) sono esortati a restare a casa se hanno avuto contatti con una persona malata:

- mentre quest'ultima era sintomatica;
- nelle 24 ore precedenti la comparsa dei primi sintomi.

Le persone che hanno avuto contatti devono restare a casa in quarantena **per 10 giorni**, a partire dal giorno in cui la persona malata è stata messa in isolamento. Devono:

- prestare attenzione al loro stato di salute;
- evitare qualsiasi contatto con persone che non vivono nella loro economia domestica;
- mettersi in auto-isolamento se compaiono sintomi (secondo le istruzioni dell'UFSP sull'auto-isolamento, disponibili sul suo sito e qui allegate).

Per l'auto-quarantena le persone interessate ricevono istruzioni per evitare contagi (allegate) o possono scaricarle sul sito dell'UFSP www.ufsp.admin.ch/nuovo-coronavirus.

Le persone che sono state in contatto con un caso confermato di COVID-19 e che non vivono nella stessa economia domestica della persona malata, possono anche essere invitate a sottoporsi all'auto-quarantena. Questo, per esempio, se in tal modo proteggono persone particolarmente a rischio. In generale, tuttavia, chiunque abbia avuto un possibile contatto con una persona infetta si comporta in modo tale da non trasmettere il virus.


Il personale sanitario che lavora a contatto con i pazienti e che è stato a contatto, senza protezione, con un caso confermato o con una persona affetta da malattia acuta delle vie respiratorie (persone nella stessa economia domestica o contatti intimi) può continuare a lavorare, indossa sempre una mascherina chirurgica e rispetta una scrupolosa igiene delle mani. Sorveglia inoltre il proprio stato di salute e se manifesta sintomi è allontanato dal lavoro e testato rapidamente.

Ricordiamo infine che le raccomandazioni aggiornate per i professionisti della sanità a contatto con i pazienti si trovano sul sito di Swissnoso: www.swissnoso.ch.

Per tenervi aggiornati consultate regolarmente il nostro sito www.ti.ch/coronavirus.

Ringraziandovi per l'attenzione porgo a tutti cordiali saluti.

Il Medico cantonale
G. Merlani



Allegati menzionati