

# Linee guida per gli individui, le comunità ed i governi

## Tradotto da: Early Outbreak Response Guidelines

### Version 2

Chen Shen and Yaneer Bar-Yam  
New England Complex Systems Institute  
(translated by A. P. Rossi, P. Bonavita, E. Lamberti)  
March 19, 2020

L'epidemia di Coronavirus originata a Wuhan presenta circa il 20% di casi gravi ed una mortalità del 2%. Il periodo di incubazione tipico e' di 3 giorni ma può arrivare a 14 giorni, e sono stati riportati casi di 24 o 27 giorni. La malattia è altamente contagiosa, con un aumento delle infezioni del +50% ogni giorno (tasso di infezione  $R_0$  di circa 3-4), a meno di misure straordinarie. Se diventasse una pandemia o una malattia endemica cambierebbe la vita di chiunque, in tutto il mondo. E' imperativo agire per confinare e fermare l'epidemia, non accettando la sua diffusione. Forniamo queste linee guide per l'azione di singoli individui, comunità, amministrazioni e governi

#### LINEE GUIDA INDIVIDUALI E PER LA COMUNITÀ

- Prendersi cura della propria salute e condividere responsabilmente per la salute del vicinato, con coscienza e disciplina
- Praticare distanziamento sociale
- Evitare di toccare superfici in spazi pubblici o condivisi
- Evitare assembramenti
- Evitare contatti diretti con altri, lavarsi le mani regolarmente, indossare maschere protettive in ambienti chiusi con altri che potrebbero essere infetti
- Coprire starnuti e tosse
- Monitorare la temperatura o altri sintomi iniziali di infezione (tosse, starnuti, raffreddore, mal di gola)
- Praticare isolamento volontario se hai sintomi iniziali
- Se i sintomi continuano a svilupparsi, organizzare trasporto sicuro presso strutture sanitarie seguendo le raccomandazioni governative; evitare trasporti pubblici, indossare maschere protettive
- In aree a rischio elevato occuparsi delle necessità dei membri della comunità
- Collaborare con gli altri per creare zone e comunità sicure. Discutere sulla sicurezza con famiglia ed amici, parlare delle linee guida per la sicurezza, individuare chi le segue, creare regole condivise, continuare ad occuparsi e condividere i bisogni degli altri, le preoccupazioni e le opportunità
- Essere scettici sulle dicerie e non diffondere disinformazione

#### LINEE GUIDA PER AMMINISTRAZIONI LOCALI

- Qualora le regioni o i paesi confinanti abbiano infezioni attive, introdurre controlli per i sintomi ai confini
- Condurre quarantene di 14 giorni per ogni individuo a rischio che si reca in aree libere da infezione
- In aree di rischio elevato coordinare gruppi di vicinato per monitorare la comunità porta a porta per sintomi utilizzando termometri ad infrarosso e dispositivi di protezione

- Gruppi di vicinato porta a porta devono anche identificare persone che hanno bisogno di supporto

#### LINEE GUIDA GOVERNATIVE

- Preparare in anticipo risorse strategiche come mascherine, dispositivi di protezione, kit per test e stabilire linee di distribuzione
- Identificare aree dove le infezioni sono confermate o sospettate
- Fermare i trasporti non essenziali tra le aree infette e quelle libere da infezione
- Isolare gli individui con infezione sospetta o confermata separatamente per cura in strutture designate con risorse mediche adeguate, inclusi dispositivi di protezione
- Persone con sintomi devono utilizzare un protocollo specifico per essere trasportate nelle strutture mediche per i test, evitando trasporti pubblici o taxi
- Mettere in quarantena e testare tutti i casi sospetti nelle vicinanze di un caso identificato
- Promuovere conoscenza pubblica di:
  - Sintomi tipici e possibili mezzi di trasmissione
  - Enfatizzare l'alto tasso di contagio e i sintomi generalmente lievi, per incoraggiare le persone a chiedere supporto medico
  - Incoraggiare una migliore igiene personale, incluso il lavaggio frequente delle mani, l'uso di mascherine di protezione in aree pubbliche ed l'evitare contatto tra gli individui
- Impedire assembramenti pubblici
- Prestare particolare attenzione per la prevenzione e il monitoraggio della salute delle persone che entrano/escono da strutture confinate ad alta densità abitativa, come prigioni, ospedali, centri di riabilitazione, ospizi, dormitori e ostelli
- Promuovere la responsabilità delle comunità nelle aree infette
- In ogni quartiere/comunità, selezionare un gruppo di persone la cui mansione quotidiana richiede frequente

contatto umano. Monitorare le loro condizioni giornalmente per facilitare la scoperta di infezioni e prevenire il contagio

- Portare avanti campagne di comunicazione e distribuzione di risorse nelle aree remote
- Coordinare con la comunità internazionale e l'OMS per condividere informazioni sui casi di infezione identificati, la storia di viaggio dei pazienti, le cure, le strategie di prevenzione, la mancanza di equipaggiamento medico
- Pianificare il trattamento anche di pazienti con sintomi

simili a COVID-19 e che non sono infettati

- In aree di trasmissione attiva:
  - Chiudere i centri di culto, le università, scuole ed aziende
  - Tenere le persone a casa e fornire supporto per le loro necessità, da venire recapitate senza contatti personali
  - Effettuare controlli porta a porta per identificare individui con sintomi iniziali e necessità, con i necessari dispositivi di protezione, anche con il supporto delle comunità locali

Per ulteriori informazioni sui resoconti medici e sociali, consultare:

- WHO: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance>
- Linee guida di Singapore: <https://www.moh.gov.sg/covid-19>