



Circ. n.122

Milano, 15/12/2021

Ai docenti
Alle famiglie
Al personale ATA
AL DSGA
Al sito web/RE

**Oggetto: raccomandazioni del Dipartimento di Sanità Pubblica per chi è in quarantena o isolamento e per i conviventi
FAQ e informazioni utili per persone positive, per i contatti stretti e loro familiari.**

Vista la situazione epidemiologica attuale si ritiene opportuno ribadire a tutta la comunità informazioni utili e raccomandazioni previste dal Dipartimento di Sanità Pubblica per chi è in quarantena o in isolamento e per i conviventi.

CHE DIFFERENZA C'È TRA L'ISOLAMENTO E LA QUARANTENA?

Per **isolamento** si intende la separazione delle **persone con infezione da coronavirus** dal resto della comunità per la durata del periodo di contagiosità, in ambiente e condizioni tali da prevenire la trasmissione dell'infezione.

La **quarantena**, invece, si applica a **persone sane** che potrebbero **essere state esposte al virus** (es. contatti stretti o rientri dall'estero), con l'obiettivo di monitorare l'eventuale comparsa di sintomi e identificare tempestivamente nuovi casi.

SONO IN ISOLAMENTO O IN QUARANTENA. QUALI RACCOMANDAZIONI DEVO SEGUIRE?

Durante l'intero periodo:

- **Rimani al tuo domicilio**, senza uscire di casa ed evitando contatti anche con i conviventi; evita **di stare nella stessa stanza con i conviventi** e di spostarti all'interno dell'abitazione; in ogni caso **mantieni una distanza non inferiore a 2 metri dagli altri e indossa la mascherina**;
- Utilizza **una stanza e un bagno non condivisi con altre persone**, arieggiando frequentemente i locali. **Se non è possibile** l'uso esclusivo di un bagno, dopo ogni utilizzo deve essere effettuata una **disinfezione delle superfici e dei sanitari** con prodotti disinfettanti idonei (es: candeggina diluita, ecc) e il locale deve essere arieggiato prima dell'accesso delle altre persone;
- **Non condividere con i conviventi gli oggetti** (ad es telefono cellulare, personal computer, auricolari, cuffie, penne, libri, fogli, etc...) o disinfettali accuratamente dopo l'uso
- Assicurati di **essere raggiungibile telefonicamente** per la sorveglianza effettuata dall'operatore di sanità pubblica;
- **Misurati la temperatura 2 volte al giorno** (mattina e sera) e tutte le volte che hai la sensazione di avere la febbre.

SE COMPAIONO SINTOMI (FEBBRE, TOSSE, SINTOMI RESPIRATORI) O SI AGGRAVANO, COSA DEVO FARE?

- **Avverti immediatamente il medico curante**
- Continua a **mantenerti isolato** dagli altri conviventi e **indossa una mascherina chirurgica. La mascherina non deve essere toccata o manipolata durante l'uso.** Se la mascherina si bagna o si sporca di secrezioni, cambiala immediatamente. Dopo l'uso, eliminala e lavati accuratamente le mani;
- **Rimani nella tua stanza con la porta chiusa** garantendo un'adeguata aerazione;
- **Non andare direttamente né in ambulatorio né al Pronto Soccorso e aspetta le indicazioni del tuo medico e/o dell'operatore di Sanità Pubblica.** Solo in caso di urgenza chiama il 118;

MIO FIGLIO/A HA IL CORONAVIRUS: COSA DEVO FARE?

Per gestire al meglio l'isolamento (nel caso di positività al coronavirus) o la quarantena (nel caso di contatto stretto di un positivo) di un bambino o un adolescente, l'ATS Milano ha realizzato delle **faq che vengono aggiornate costantemente al link <https://www.ats-milano.it/notizie/ripartenza-scuole>** .

QUANDO DURANO L'ISOLAMENTO O LA QUARANTENA?

- **Soggetto vaccinato con ciclo completo da 14 giorni**

E' previsto un periodo di quarantena di 7 giorni dopo la data dell'ultimo contatto con il caso Covid 19. Trascorso tale periodo, in assenza di sintomatologia, verrà programmato da ATS un tampone naso-faringeo molecolare o antigenico (esempio: ultimo contatto con il caso il 01 ottobre, tampone effettuato dal 8 ottobre). Il rientro a scuola potrà avvenire presentando il provvedimento di fine quarantena rilasciato da ATS o il referto dell'esito negativo del tampone naso-faringeo antigenico o molecolare unito al certificato di vaccinazione anti Covid-19.

- **Soggetto non vaccinato con ciclo completo da 14 giorni**

E' previsto un periodo di quarantena di 10 giorni dopo la data dell'ultimo contatto con il caso Covid 19. Trascorso tale periodo, in assenza di sintomatologia, verrà programmato da ATS un tampone naso-faringeo molecolare o antigenico (esempio: ultimo contatto con il caso il 01 ottobre, tampone effettuato a partire dal 11 ottobre). Il rientro a scuola potrà avvenire presentando il provvedimento di fine quarantena rilasciato da ATS o il referto dell'esito negativo del tampone naso-faringeo antigenico o molecolare.

SONO UN CONVIVENTE DI UN CASO SOSPETTO/CONTATTO A RISCHIO. COME DEVO COMPORTARMI?

- **Evita i contatti** con il caso sospetto. Se non è possibile, mantieni la distanza di circa 2 metri;
- Prima di entrare nella stanza occupata dal caso sospetto, **indossa una mascherina chirurgica**, togliila una volta uscito dalla stanza e gettala. **Lava accuratamente le mani** prima e dopo l'accesso nella stanza;
- Le **donne in gravidanza e le persone con fattori di rischio** per complicanze da influenza devono evitare contatti in attesa dell'esito degli accertamenti.
- In generale le visite di altre persone dovrebbero essere evitate in attesa dell'esito degli accertamenti. Nel caso la visita fosse irrinunciabile, le persone dovrebbero evitare contatti stretti con il caso sospetto, in particolare non avvicinarsi a meno di 2 metri
- **Se non è possibile isolarsi in casa, il periodo di quarantena ha inizio dalla negativizzazione del caso positivo**

QUALI INDICAZIONI DEVO SEGUIRE PER UNA CORRETTA IGIENE DELLE MANI?

Sia la persona in quarantena che i conviventi devono seguire una **scrupolosa igiene delle mani**, utilizzando acqua e sapone o, se non è possibile, utilizzando un gel a base idroalcolica; la persona in quarantena utilizzi preferibilmente asciugamani di carta usa e getta o asciugamani dedicati ad uso esclusivo.

L'igiene delle mani è **molto importante**:

- **dopo aver usato il bagno e ogni volta che le mani sembrano sporche;**
- prima e dopo la **preparazione di cibo e prima di mangiare;**

- **dopo tosse e starnuti** (si ricorda che durante tosse e starnuti occorre coprire la bocca e il naso con fazzoletti di carta o con l'interno del gomito).

COME DEVO PULIRE I LOCALI/SUPERFICI DI CASA? E LA BIANCHERIA?

- Indossa **guanti monouso e pulisci quotidianamente le superfici** più frequentemente toccate (comodini, letto, maniglie di porte e finestre e altri mobili della camera da letto della persona in quarantena), con un normale disinfettante contenente soluzione di candeggina diluita;
- Indossa guanti monouso e **disinfetta le superfici del bagno e dei sanitari** (lavandino, wc, bidet, vasca/doccia) almeno una volta al giorno e dopo ogni utilizzo della persona in isolamento con un disinfettante contenente una soluzione di candeggina diluita;
- **Dopo l'uso del WC chiudi sempre la tavoletta** prima di azionare lo scarico per evitare aerosol
- **La biancheria** della persona in quarantena (vestiti, lenzuola, asciugamani e teli da bagno) va tenuta **in contenitore/sacchetto separato** in attesa di essere lavata; **lava la biancheria in lavatrice a 60-90° (meglio 90°C)** con un comune detersivo;
- **Le stoviglie** utilizzate dalla persona in quarantena si possono lavare **in lavastoviglie o a mano** con acqua calda e detergente per piatti.

IL REFERENTE COVID
Prof. Igor della Corte
(Firma omessa ai sensi dell'art. 3 del D.Lgs n. 39 del 93)