



CITTÀ DI REGGIO CALABRIA

UPI AMMODERNAMENTO RETE IDRICA, FOGNARIA, SISTEMI MANUTENTIVI ED ERP

UFFICIO TUTELA E SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

Vademecum per il lavoratore – Positività CoViD-19

Aggiornato al D.P.C.M. del 3.11.2020

Coronavirus

Indicazioni utili per la prevenzione

Ho sintomi influenzali che faccio?

Se hai un po' di febbre ($>37,5^{\circ}\text{C}$), tosse di recente comparsa, difficoltà respiratorie anche lievi, perdita dell'olfatto o del gusto, raffreddore o mal di gola:

- se sei a casa, evita di uscire o andare al lavoro e contatta il tuo MMG (Medico di medicina generale) per farti consigliare, avvisa il datore il lavoro della tua assenza.
- se sei al lavoro, avvisa subito il tuo datore di lavoro o il tuo responsabile e torna immediatamente a casa, nei casi peggiori aspetta l'arrivo di un'ambulanza, giunto a casa avvisa il tuo MMG.

Se il tuo Medico di Medicina Generale (MMG) lo ritiene opportuno, o se i sintomi persistono o peggiorano, sottoponiti ad un tampone naso faringe

Sono positivo al CoViD-19, che faccio?

Se hai ricevuto l'esito positivo di un tampone nasofaringeo o hai effettuato altre tipologie di test con esito positivo e sei in attesa della conferma con tampone nasofaringeo, devi:

- restare in casa senza uscire ed isolati anche dai tuoi conviventi;
- se hai installato l'APP Immuni, avvisare il tuo MMG e la ASL competente per far partire l'alert verso i tuoi contatti;
- avvisare tutte le persone con cui hai avuto contatti stretti nelle 48 ore prima

dell'insorgenza dei sintomi e della data in cui hai effettuato il tampone se sei asintomatico; l'elenco di queste persone ed i loro numeri di telefono dovrai trasmetterlo anche alla ASL quando te lo chiederanno;

- avvisare il tuo datore di lavoro ed informarlo di tutti i contatti stretti che riguardano il tuo lavoro;

Se sei asintomatico, passati dieci giorni dovrai ripetere il tampone; se anche quest'ultimo sarà negativo, potrai tornare regolarmente alla tua attività quotidiana ed al lavoro; se invece sarà ancora positivo dovrai aspettare il 21° giorno quando, sentito il tuo MMG, potrai essere libero.

Se hai avuto sintomi, fermo restando il termine minimo di dieci giorni, passati tre giorni consecutivi senza sintomi dovrai ripetere il tampone; se anche quest'ultimo sarà negativo, potrai tornare regolarmente alla tua attività quotidiana ed al lavoro; se invece sarà ancora positivo dovrai aspettare il 21° giorno quando, sentito il tuo MMG, potrai essere libero.

Ho ricevuto una notifica di potenziale contatto dall'APP Immuni, che faccio? Le raccomandazioni fornite dall'app dipendono dalla durata della tua esposizione a utenti potenzialmente contagiosi e dalla distanza fra il tuo smartphone e quello di questi utenti durante l'esposizione. L'app non conosce il tuo nome e quello delle altre persone e non sa né dove né perché vi siete avvicinati (non conosce queste informazioni per tutelare la privacy). L'app tratta un numero limitato di informazioni, peraltro mai perfette, in quanto il segnale è influenzato da vari fattori di disturbo. Quindi, la valutazione non sarà sempre impeccabile. Per esempio, se l'app ti raccomanda di isolarti, non significa che sicuramente hai il Covid-19. Significa piuttosto che, sulla base delle informazioni a disposizione dell'app, l'isolamento è la cosa più sicura da fare per te e per chi ti sta accanto. **Contatta subito il tuo MMG ed insieme a lui prendete la migliore decisione.**

Sono stato a stretto contatto con un caso positivo CoViD-19, che faccio? Se non hai sintomi influenzali o simili dovrai semplicemente osservare un periodo di quarantena di 14 giorni, nei quali non dovrai lasciare il tuo domicilio né per lavoro né per altro. Se ne hai necessità potrai sottoporsi ad un tampone al decimo giorno ed in caso di negatività potrai uscire e tornare al lavoro. Il test molecolare a fine quarantena dovrà essere fatto a tutte le persone che vivono o entrano in contatto regolarmente con soggetti fragili e/o a rischio di complicanze.

Non puoi uscire prima dei 10 giorni neanche se ti sottoponi a tampone con esito negativo: i dieci giorni sono obbligatori!

Se invece hai sintomi influenzali dovrai sottoporsi prima possibile a tampone nasofaringeo allo scopo di verificare se sei stato contagiato. In caso negativo

continuerai la tua quarantena, in caso positivo segui le istruzioni del punto precedente.

Sono stato a contatto casuale (non stretto) con un caso positivo CoViD-19, che faccio?

Sei stato a contatto con un caso positivo CoViD-19 ma non sei classificato contatto stretto: ad esempio lavorate nello stesso reparto ma le vostre postazioni sono sufficientemente distanziate ed avete sempre indossato i previsti dpi (dispositivi di protezione individuale); oppure vi siete incontrati nel corridoio dove avete scambiato qualche chiacchiera, ma indossando regolarmente le mascherine. Questa situazione si definisce contatto casuale.

In questo caso, dovrai solo aumentare il monitoraggio del tuo stato di salute facendo attenzione alla comparsa di eventuali sintomi. Potrai regolarmente andare al lavoro e condurre una vita normale anche se è consigliato di evitare contatti stretti con altre persone.

La ASL o il tuo medico competente aziendale potranno chiederti di sottoporsi ad accertamenti per la verifica della tua eventuale positività (attività di screening o di sieroprevalenza).

Sono contatto stretto di un contatto stretto, che faccio?

Una persona con cui hai avuto contatti stretti ha avuto contatti stretti con un caso CoViD-19 positivo ed è stato posto in quarantena: ad esempio hanno posto in quarantena il tuo coniuge/partner perché ha avuto contatti stretti con un CoViD-19 positivo al lavoro; oppure hanno posto in quarantena un tuo figlio perché contatto stretto di un compagno di classe positivo.

Come nel caso di contatto casuale, dovrai solo aumentare il monitoraggio del tuo stato di salute facendo attenzione alla comparsa di eventuali sintomi. Potrai regolarmente andare al lavoro e condurre una vita normale anche se è consigliato di evitare contatti stretti con altre persone. Resta in contatto con il tuo contatto stretto perché nel caso in cui lui venga conclamato positivo al CoViD-19, la tua posizione si trasformerà in contatto stretto e dovrai essere posto in quarantena.

Alcune definizioni che ti aiuteranno a meglio comprendere la situazione:
Quarantena: restrizione dei movimenti di persone sane per la durata del periodo di incubazione, l'obiettivo è di monitorare l'eventuale comparsa di sintomi (i lavoratori posti in quarantena saranno considerati "in malattia" con codice V29).

Isolamento: separazione delle persone infette dal resto della comunità per la durata del periodo di contagiosità, in ambiente e condizioni tali da prevenire la trasmissione dell'infezione.

Casi positivi asintomatici: Persone risultate positive alla ricerca di SARS- CoV-2 senza alcun sintomo. Possono rientrare in comunità dopo un periodo di isolamento di almeno 10 giorni dalla comparsa della positività, al termine del quale risulti eseguito un test molecolare con risultato negativo (10 giorni + test).

Casi positivi sintomatici: Le persone sintomatiche risultate positive alla ricerca di SARS-CoV-2 possono rientrare in comunità dopo un periodo di isolamento di almeno 10 giorni dalla comparsa dei sintomi (non considerando anosmia e ageusia/disgeusia che possono avere prolungata persistenza nel tempo) accompagnato da un test molecolare con riscontro negativo eseguito dopo almeno 3 giorni senza sintomi (10 giorni, di cui almeno 3 giorni senza sintomi + test).

Casi positivi a lungo termine: Le persone che, pur non presentando più sintomi, continuano a risultare positive al test molecolare per SARS-CoV-2, in caso di assenza di sintomatologia (fatta eccezione per ageusia/disgeusia e anosmia 4 che possono perdurare per diverso tempo dopo la guarigione) da almeno una settimana, potranno interrompere l'isolamento dopo 21 giorni dalla comparsa dei sintomi. Questo criterio potrà essere modulato dalle autorità sanitarie d'intesa con esperti clinici e microbiologi/virologi, tenendo conto dello stato immunitario delle persone interessate (nei pazienti immunodepressi il periodo di contagiosità può essere prolungato).

Contatto stretto (esposizione ad alto rischio):

- una persona che vive nella stessa casa di un soggetto positivo al COVID-19;
- una persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un soggetto positivo al COVID-19 (es. la stretta di mano);
- una persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un soggetto positivo al COVID-19 (es. per aver toccato a mani nude fazzoletti di carta usati dal predetto soggetto);
- una persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia) con un soggetto positivo al COVID-19, a distanza minore di 2 metri e di durata maggiore a 15 minuti;
- una persona che si è trovata in un ambiente chiuso (es. aula, sala riunioni, sala d'attesa dell'ospedale) con un soggetto positivo al COVID-19, in assenza di DPI idonei;
- un operatore sanitario od altra persona che fornisce assistenza diretta ad un soggetto positivo al COVID19 oppure personale di laboratorio addetto alla manipolazione di campioni di un soggetto positivo al COVID-19 senza l'impiego dei DPI raccomandati o mediante l'utilizzo di DPI non idonei;
- una persona che ha viaggiato seduta in treno, aereo o in qualsiasi altro mezzo di trasporto entro due posti in qualsiasi direzione rispetto a un soggetto positivo al

COVID-19; sono contatti stretti anche i compagni di viaggio e il personale addetto alla sezione dell'aereo/treno dove il soggetto era seduto.

Contatti stretti asintomatici I contatti stretti di casi con infezione da SARS- CoV-2 confermati e identificati dalle autorità sanitarie, devono osservare:

- un periodo di quarantena di 14 giorni dall'ultima esposizione al caso; oppure:
- un periodo di quarantena di 10 giorni dall'ultima esposizione con un test antigenico o molecolare negativo effettuato il decimo giorno.

Contatti casuali: Persone venute in contatto con casi positivi al COVID-19 che non rientrano nella definizione di contatto stretto. Per i contatti casuali non è richiesta la quarantena ma viene richiesto l'automonitoraggio dei sintomi.

IL R.S.P.P.

Ing. Roberto Ceravolo

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93*

LA P.O. A.S. DATORE DI LAVORO

Ing. Domenico Richichi

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93*

Il Responsabile dell'Ufficio

Tutela e Sicurezza Luoghi di lavoro

Geom. Giovanni Rombo

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93*

IL DIRIGENTE – DATORE DI LAVORO

Avv. Demetrio F. Barreca

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.L. 39/93*