



La Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie pubblica da oggi una guida consultabile sul web per orientare la popolazione alla ripresa della scuola e della vita collettiva. No agli allarmismi, sì alla prevenzione. SIMIT e FIMMG partner dell'iniziativa



Roma,
14 settembre 2020 - La Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie prosegue nel suo impegno di informazione della popolazione per favorire una adeguata conoscenza delle misure da prendere in questa delicata fase. La volontà infatti è che i giovani possano tornare a scuola in completa sicurezza, forti anche di una costante sorveglianza sanitaria che può essere garantita solo con una massima collaborazione tra famiglia, scuola e servizi sanitari.

Per questo è stata lanciata una guida, consultabile e scaricabile per ora al link <https://www.simg.it/ciprendiamocura>, a cui successivamente seguirà una versione

cartacea, con l'intento di fornire un supporto alle famiglie, agli studenti e al personale delle scuole di ogni ordine e grado e universitarie con il fine di trovare rapidamente le risposte a comuni ma mai scontate domande, soprattutto con l'approssimarsi della stagione influenzale con cui l'epidemia di COVID-19 condivide molti aspetti.



Prof. Claudio Cricelli

Un lavoro frutto di un'ampia sinergia con FIMMG, SIMIT, e attori istituzionali

La Guida al rientro a scuola affianca e non sostituisce le regole e le disposizioni degli organismi sanitari e scolastici. “La Guida nasce nella dimensione che noi Medici conosciamo meglio di tutti - sottolinea il prof. Claudio Cricelli, Presidente SIMG - La dimensione della vita quotidiana con le domande, i dubbi, le preoccupazioni, i problemi e le soluzioni che famiglie, genitori, nonni, studenti pongono ogni giorno al loro Medico di Famiglia. La guida è stata realizzata dalla SIMG con il forte sostegno delle istituzioni che hanno prodotto i materiali di riferimento ed hanno rivisto il testo suggerendo correzioni e integrazioni. L'ISS è il nostro interlocutore Scientifico primario. I documenti e le raccomandazioni nel corso della Pandemia e quelli per il rientro negli Istituti Scolastici di ogni ordine e grado sono stati il riferimento della SIMG. Il Ministero dell'Istruzione ha sostenuto questa iniziativa ed ha rivisto e corretto le indicazioni del documento offrendo suggerimenti preziosi”.



Prof. Silvio Brusafferro

Una rete vera. Apprezzamento e luce verde dai Ministri di salute e pubblica istruzione

“Ringraziamo il Ministro della Salute Roberto Speranza che ci ha testimoniato anche in questa circostanza la sua fiducia e la sua vicinanza. Grazie al supporto del Ministero e del Ministro Lucia Azzolina ed alla preziosa collaborazione tecnica dei suoi collaboratori Vincenzo Lifranchi ed Ispettrice Laura Paziotti, la Guida è stata rapidamente aggiornata e resa coerente alle norme Ministeriali”.

Tra

i vari altri attori coinvolti la SIMIT Società Italiana delle Malattie Infettive e Tropicali, con cui abbiamo costruito un grande rapporto di collaborazione scientifica e professionale, ha fornito il Patrocinio. La Fimmg ha sostenuto il progetto e offerto il proprio patrocinio a testimoniare la comunità di intenti della Medicina Generale Italiana.

“Ringraziamo

il prof. Silvio Brusaferrò, Presidente dell’ISS e i suoi collaboratori Luigi Bertinato e Paolo Fortunato D’Ancona per i contributi e gli apporti continui forniti alla Guida. Un plauso anche tutti i collaboratori, i Medici della Simg e quanti tra cittadini, studenti, famiglie e personale della Scuola ci hanno offerto con osservazioni e domande lo spunto per la scrittura di questa guida”.

Covid-19 e influenza: analogie e differenze

Covid-19 e influenza sono causate da agenti virali diversi, ma molti sintomi sono comuni e la distinzione può risultare difficile se non con esami diagnostici diretti (tamponi rino-faringeo) o indiretti (ricerca anticorpi circolanti). Vi sono però anche altre importanti differenze, pur essendo le caratteristiche della Covid in continuo aggiornamento.

Entrambe

le patologie presentano si manifestano con febbre, brividi, tosse, respiro corto o affannoso, stanchezza, faringite, intasamento nasale, mialgie diffuse, cefalea, vomito e diarrea. Nella Covid si aggiunge però la perdita di gusto e olfatto e ci sono specifici campanelli d’allarme: difficoltà a respirare, dolore o senso di oppressione toracica, confusione, difficoltà a svegliarsi, convulsioni, anuria (ridotta produzione di urine), febbre o tosse che peggiora, peggioramento delle condizioni croniche di fondo, astenia marcata.

Cambiano

anche i tempi di incubazione: da 1 a 4 giorni per l'influenza, da 2 a 14 per la Covid-19, anche se di solito i primi sintomi emergono dopo 4-5 giorni. Il periodo di contagiosità dei pazienti con Covid-19 è di gran lunga maggiore rispetto all'influenza, anche se non è stato ancora definito del tutto.

La

diffusione del virus potrebbe iniziare già 2 giorni prima della comparsa dei sintomi e continuare per almeno 10 giorni. È inoltre possibile che soggetti asintomatici o ex-sintomatici restino contagiosi per altri 10 giorni dopo essere risultati positivi al test diretto.

Cosa fare e cosa non fare con la ripresa della scuola?

A fronte dell'imminente riapertura delle scuole e della confusione generata dalle difficoltà di individuazione della Covid-19, la SIMG ha schematizzato i comportamenti corretti da tenere da parte delle famiglie e quelli da evitare. Anzitutto, qualora fosse accertato un caso nella classe del proprio figlio, bisognerà attendere comunicazioni dalla ASL che svolgerà le indagini epidemiologiche e dall'Istituto scolastico che informerà attraverso comunicazioni ufficiali.

Qualora

si presentino sintomi, contattare il proprio Medico di Famiglia e concordare eventuale isolamento domiciliare fiduciario. Bisogna invece evitare di cedere ad allarmismi, frequentare luoghi affollati e mezzi pubblici. Per i bambini che restano a casa, è consigliabile rivolgersi ad un assistente esterno che goda di buona salute piuttosto che a persone anziane (nonni) o soggetti a rischio.

Qualora

emergessero ansia e timori nel bambino, bisogna incoraggiarlo a fare domande e ad esprimere i propri sentimenti con la famiglia e con gli insegnanti. I bimbi possono avere reazioni diverse alle condizioni di stress perciò è necessaria maggiore comprensione e pazienza; non si deve invece aggredire o minimizzare i suoi sentimenti e le sue paure.

I 12 punti da rispettare in caso di contagio da Covid-19

La SIMG fissa i 12 punti per chi accertasse di essere stato contagiato dal Sars-Cov-2 in forma asintomatica o paucisintomatica.

1. Restare
a casa tranne che per eventuali cure mediche non rimandabili.
2. Prendersi cura
di se stessi: restare a letto, idratarsi, assumere farmaci da banco tipo paracetamolo.
3. Mantenere
contatti con il proprio medico, informarlo prima di assumere farmaci e se emergono altri sintomi.
4. Evitare il
trasporto pubblico.
5. Mantenere le
distanze dai conviventi.
6. Rimanere da solo
in una stanza evitando contatti con altre persone e rispetta tutte le norme previste per i luoghi pubblici (distanziamento, mascherina, lavaggio delle mani).
7. Evitare di
condividere oggetti personali come piatti, bicchieri, posate, asciugamani, lenzuola che dovranno essere lavati accuratamente.
8. Pulire e
disinfettare di frequente le superfici di contatto (incluso telefono, cellulare, tastiere, maniglia della porta e finestra).
9. Pulire e
disinfettare tutto ciò che viene a contatto con sangue, feci ed altri fluidi corporei.
10. Ventilare
a lungo le stanze dove si soggiorna.
11. Monitorare
i sintomi se presenti: febbre, tosse, ecc.
12. Seguire
le istruzioni fornite dal medico e dal dipartimento di prevenzione e informarli sui sintomi, privilegiando i contatti telefonici.