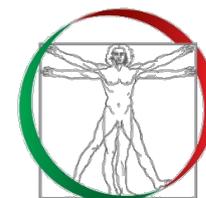


FORMAZIONE NAZIONALE
per i progetti di attività sportiva giovanile CONI

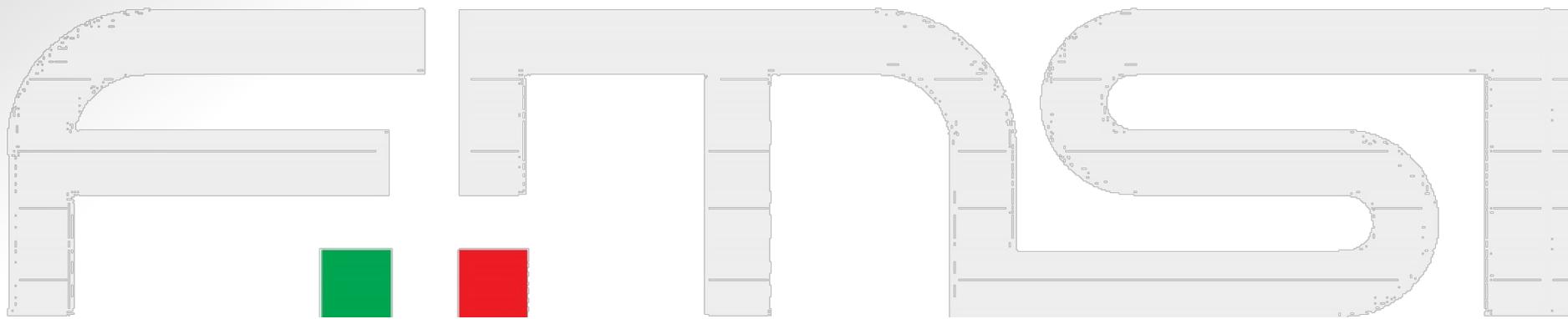
MACRO AREA MEDICO SANITARIA

Prof. Gianfranco Beltrami - Prof. Gian Pasquale Ganzit

**Contenimento del rischio, indicazioni mediche
e procedure di prevenzione**



F. I. T. S. I.



I DOCUMENTI GUIDA



POLITECNICO
DI TORINO

RAPPORTO LO SPORT RIPARTE IN SICUREZZA

VERSIONE 1 del 26/04/2020

“OGNUNO PROTEGGE TUTTI”



- Linee guida per la gestione in sicurezza di opportunità organizzate di socialità e gioco per bambini e adolescenti nella fase 2 dell'emergenza COVID-19, *Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento per le politiche della famiglia 15-mag-2020*
- Linee guida ai sensi dell'art.1, lettere f) e g) del Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri 26 aprile 2020 inerenti le modalità di svolgimento degli allenamenti per gli sport individuali, *Ufficio per lo Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, 04-mag-2020*
- Rapporto «Lo Sport Riparte in sicurezza», *Politecnico di Torino - CONI - FMSI, 26-apr-2020*
- Protocollo Regionale per attività ludico-ricreative/centri estivi per bambini e adolescenti dai 3 ai 17 anni, *Regione Emilia Romagna, 28-mag-2020*
- Vari Protocolli Regionali per l'apertura dei centri estivi

PROTOCOLLI E RACCOMANDAZIONI FMSI



Linee guida FMSI per la ripresa dell'attività fisica dopo lockdown per pandemia coronavirus (FMSI, 4-mag-2020)



Protocollo per la ripresa dell'attività sportiva degli atleti (nдр: recepito nelle Linee guida dell'Ufficio Sport PCDM) (FMSI, 4 e 27-apr-2020 e ss.mm.ii.)



Raccomandazioni per lo svolgimento della visita medico-sportiva di atleti Covid negativi e asintomatici (FMSI, 28-apr-2020)



Suggerimenti di norme igienico-sanitarie e buone prassi per evitare la diffusione del contagio all'interno del mondo dello sport (FMSI 22-feb-2020 e ss.mm.ii.)

LE MODALITÀ DI CONTAGIO DA COVID-19



Il **Covid-19** è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il **contatto stretto con una persona malata**.

La via primaria sono le goccioline del respiro (**droplet**) delle persone infette tramite:

- la saliva, tossendo e starnutando;
- contatti diretti personali;
- le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate bocca, naso o occhi;
- in casi rari il contagio può avvenire attraverso contaminazione fecale.

Normalmente **non si tramette con gli alimenti**, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche.

MECCANISMI DI TRASMISSIONE



- Le **persone sintomatiche** sono la principale causa di trasmissione del virus
- Il **periodo di incubazione** va mediamente **dai 2 ai 12 giorni con un limite massimo di 14** e anche in questo periodo è stata osservata la trasmissione del virus
- Vi sono poi i **soggetti asintomatici**, stimati in circa un terzo delle persone che sono state infettate, che sarebbero anch'esse **fonte di contagio**

I BAMBINI SONO SUPERDIFFUSORI DELLA MALATTIA?



BMJ | Journals

Children are not COVID-19 super spreaders: time to go back to school

Autori

Alasdair P S Munro, Saul N Faust

- NIHR Southampton Clinical Research Facility and NIHR Southampton Biomedical Research Centre, University Hospital Southampton NHS Foundation Trust, Southampton, Hampshire, UK
- Faculty of Medicine and Institute for Life Sciences, University of Southampton, Southampton, Hampshire, UK

<http://dx.doi.org/10.1136/archdischild-2020-319474>

TRASMISSIONE DEL VIRUS NEI BAMBINI



- Dati indicano che solo il 2% sotto i 18 anni si è ammalato in Cina, Italia e Stati Uniti, **ma per molti ricercatori questo non significa che siano meno suscettibili all'infezione e soprattutto meno contagiosi**
- Non è ancora chiaro perché i bambini abbiano in generale **sintomi più leggeri degli adulti**
- Uno studio pubblicato su Lancet Infectious Diseases, condotto a Shenzhen, ha mostrato che i bambini sotto i 10 anni **erano infetti come gli adulti**, ma **con sintomi meno gravi**, mentre altri condotti in Corea del Sud, Italia e Islanda hanno mostrato un **tasso di infezione minore nei bambini**

AVVIATO UNO STUDIO NEGLI USA SU 6.000 BAMBINI



- **Human Epidemiology and Response to SARS-CoV-2 (HEROS)**
- **National Institute of Health** in collaborazione con **Vanderbilt University**
- 6.000 bambini americani con le loro 2.000 famiglie
- Lo studio ha diversi scopi: stabilire **la percentuale di infezioni tra i bambini, quanti dei contagiati sono asintomatici, se i bambini che soffrono di allergia o asma sono protetti** dallo sviluppare la malattia in forma grave

Association of Respiratory Allergy, Asthma, and Expression of the SARS-CoV-2 Receptor Ace2

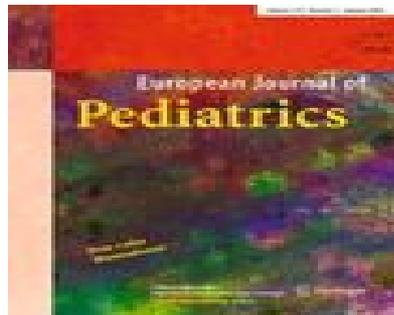
Autori

Daniel J Jackson, William W Busse, Leonard B Bacharier, Meyer Kattan, George T O'Connor, Robert A Wood, Cynthia M Visness, Stephen R Durham, David Larson, Stephane Esnault, Carole Ober, Peter J Gergen, Patrice Becker, Alkis Togias, James E Gern, Mathew C Altman

<https://doi.org/10.1016/j.jaci.2020.04.009>

Covid-19, nei bambini il virus ha una "pericolosità moderata". Studio italiano Irccs Materno Infantile "Burlo Garofolo" di Trieste

- **28 centri** (prevalentemente ospedali) di 10 regioni in Italia durante le prime settimane della pandemia
- coinvolti **130 bambini** con accertata infezione da Covid-19
- dai dati raccolti è emerso **che in 3 casi su 4 (75%) il Covid-19 si è sviluppato in modo asintomatico o con sintomi lievi (in 98 bambini su 130)**
- Marzia Lazzerini, responsabile del Centro Collaboratore dell'OMS dell'Irccs Burlo e coordinatrice della ricerca, spiega che "dai casi analizzati emerge con evidenza che il Covid-19 dimostra **una minore pericolosità nei bambini rispetto agli adulti. Si tratta di uno dei primi studi che si sono occupati di coprire il vuoto di informazioni ancora esistente in Europa sugli effetti del Covid-19 sui bambini**".



PRINCIPI GENERALI D'IGIENE E PULIZIA PER EVITARE IL CONTAGIO



L'infezione virale si realizza per **droplets** (goccioline di saliva emesse tossendo, starnutando o parlando) o per contatto (toccare, abbracciare, dare la mano o anche toccando bocca, naso e occhi con le mani precedentemente contaminate).

Le misure di prevenzione da applicare **sempre** sono le seguenti:

- 1. lavarsi frequentemente le mani** in modo non frettoloso
- 2. non tossire o starnutire senza protezione**
- 3. mantenere il distanziamento fisico di almeno un metro** dalle altre persone in condizioni di riposo
- 4. non toccarsi il viso con le mani**

PRINCIPI GENERALI D'IGIENE E PULIZIA PER EVITARE IL CONTAGIO



5. **pulire frequentemente** le superfici con le quali si viene a contatto
6. **areggiare frequentemente i locali**
7. **indossare i dispositivi di prevenzione** del contagio prescritti per ciascuna situazione/sport, in base al carico metabolico e in base all'indossabilità del dispositivo stesso
8. **mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'atto motorio**, al carico metabolico e alle altre misure di mitigazione disponibili

PRINCIPI GENERALI D'IGIENE E PULIZIA PER EVITARE IL CONTAGIO



- 9. evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti** indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrati in casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti
- 10. bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate**
- 11. gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati)**
- 12. non consumare cibo negli spogliatoi o in luoghi comuni**

LE MASCHERINE

NORME EN 14683:2019 - ISO10993-1:2018



- Efficienza di filtrazione
- Respirabilità per poter inspirare attraverso il tessuto senza eccessiva fatica
- Bio-compatibilità garantendo assenza di effetti irritativi cutanei
- Pulizia
- Indossabilità che si adatti al viso aderendovi bene
- Utilizzo corretto, posizionata correttamente e cambiata quando si toglie lavandosi le mani



PER RIPARTIRE IN SICUREZZA


 Presidente del Consiglio dei Ministri
 Enrico Mario Draghi

Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:

- LAVARE FREQUENTEMENTE LE MANI** INCHIEDENDO APPPOSITI DISINFETTANTI
- MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE** MINIMA DI 1 METRO IN CASO DI AUSENZA DI ATTENEA FISICA
- NON SERVIRE DA BICOCHIERI** INDIVIDUALI O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE
- NON TOCCARE MANI, OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI**
- STAMPARE SENZA TOCCARE UN FAZZOLETTO** INTENDEMO A COMPLETTO DELLE MANI CON LE SECCHEGGIARE DISPENSATORE SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STAMPARE NELLA PICCOLA INTERNA DEL COMATO
- EVITARE DI LAVARSI IN** LUGARI CONDIVISI CON ALTRI CON INDEMENTI INDIVIDUALI PER L'ATTIVITÀ FISICA, MA DIVIDERE IN SPAZI DI DOGGE PERSONALI E UNA VOLTA IDENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDEMENTI
- MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE** MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMANQUE NON SUPERARE I 2 METRI
- GETTARE SUBITO IN** APPPOSITI CONTAINER I FAZZOLETTI DI CARTA ALTRI MATERIALI USATI SENZA SCILLATI
- METTERE A DISPOSIZIONE UN** "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTIVI" (ES. FAZZOLETTI INDIVIDUALI, MASCHERINE, DISINFETTANTI)
- EVITARE LO SCAMBIO** TRA OBIETTIVI SPORTIVI E PERSONALE COMANQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI ESPOSIZIONE (QUANTITRONE, TABLE, ETC.) E DI ATTIVITÀ SPORTIVE

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:

- DISINFETTARE** L'INDIVIDUO EPISTEMO PERSONALE E PERSONALI CONDIVISI (BICCHIERI, FAZZOLETTI, BOTTIGLIE, ETC.)
- ARRIVARE NEL SITO** DA VISITARE ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERE O IN UNO SPAZIO DEDICATO PER CAMBIARE E RAPPRESENTARE DI BASTA E NECESSITÀ LA SACCOLLA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTIVI
- NON TOCCARE** OGGETTI E MATERIALI FINA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana



- Prima dell'apertura del centro estivo, deve essere garantita la sanificazione o pulizia di tutti i locali e di tutti gli oggetti**
- Nel caso di uso promiscuo dei locali adibiti a centro estivo, prima dell'inizio di ogni settimana, deve essere eseguita adeguata igienizzazione dei locali**

PER RIPARTIRE IN SICUREZZA



- È necessario garantire **la disponibilità di soluzioni/gel a base alcolica presso ogni ambiente e in più posizioni** per consentire facile accesso agli operatori e ai minori
- Il titolare dell'attività deve **garantire la fornitura di tutti i DPI previsti agli operatori del centro**. In particolare, sono tenuti a utilizzare le mascherine, anche di comunità, sia il personale (dipendente e volontario), sia i genitori/adulti di riferimento nella fase di accompagnamento e ritiro dei minori
- Le stesche devono essere posizionate sempre **ben aderenti al volto, a coprire naso, bocca e mento**, e indossate e tolte tenendole per l'elastico o i lacci da passare dietro le orecchie o legare dietro la nuca

PER RIPARTIRE IN SICUREZZA



- **Dai 3 ai 6 anni** non è consigliabile l'uso delle mascherine
- **Dopo i 6 anni** è opportuno utilizzare le mascherine, anche di comunità, a eccezione dei momenti di attività ludico-motoria, durante i quali deve comunque sempre assicurato e mantenuto il distanziamento
- Si raccomanda una frequente e corretta igiene delle mani per almeno **40-60 secondi** (lavaggio con acqua e sapone o con soluzione idroalcolica), soprattutto prima e dopo il contatto interpersonale e dopo il contatto con le superfici e gli oggetti
- È opportuno prevedere **il cambio e il lavaggio quotidiano del vestiario**, sia da parte del personale dipendente e volontario sia da parte dei minori

PULIZIA E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI E DELLE ATTREZZATURE



- Predisporre **un piano con le procedure da applicare** la periodicità con cui effettuare pulizia e sanificazione dei luoghi ambienti e attrezzature
- Per **pulizia** si intende la detersione con soluzione di acqua e detergente; per **sanificazione** la decontaminazione con apposite soluzioni disinfettanti
- Nel piano di pulizia occorre includere **aree comuni, aree ristoro, servizi e spogliatoi, attrezzi sportivi, mezzi di trasporto, postazioni di lavoro, distributori di bevande, ogni parte esposta a essere toccata**, come maniglie e interruttori. Deve essere attuata con **panni puliti** in microfibra con acqua e sapone e **soluzioni idroalcoliche o ipoclorito di sodio 0,1%**, il tutto va poi asciugato
- La pulizia deve essere effettuata con cadenza **almeno giornaliera, nei servizi igienici dopo ogni utilizzo**



PULIZIA E SANIFICAZIONE DEGLI AMBIENTI E DELLE ATTREZZATURE



- Si dovranno prevedere procedure specifiche **di sanificazione nel caso di operatore sportivo o persona con manifestazione evidente di sintomi.**
- I luoghi e le aree frequentate, compreso il locale utilizzato per il suo isolamento, le attrezzature utilizzate e le superfici toccate di frequente dovranno essere sottoposti a **completa pulizia con acqua e detergenti comuni**, poi alla decontaminazione da effettuare con **disinfettanti a base di ipoclorito di sodio 0,1% o con etanolo al 70-75%.**
- Durante le operazioni di pulizia con prodotti chimici, bisogna assicurare la **ventilazione degli ambienti.**
- Tutte le operazioni di pulizia devono essere condotte **da personale che indossa DPI** secondo disposizioni e procedure specifiche dell'attività stessa.

VALUTAZIONE DEL RISCHIO SPECIFICO IN RELAZIONE AGLI AMBIENTI E ALLE ATTIVITÀ



- **Analisi delle attività** sportive e di supporto, modalità di svolgimento, **turnazione di bambini e operatori**, indicazione dei **percorsi dei luoghi** e degli **attrezzi**, **contatti** con persone o operatori, **mezzi di trasporto**, ingresso al centro, accesso ai locali sportivi agli **spazi comuni** e ai **servizi**
- **Classificazione dei luoghi** in rapporto alla pericolosità classificandoli come **transito/sosta breve/sosta prolungata/rischio di assembramento**
- Individuazione dei momenti in cui è previsto il lavaggio delle mani e l'igienizzazione degli spazi e materiali
- **Valutazione delle presenze** nei vari luoghi per mantenere il distanziamento richiesto per evitare il rischio di contagio
- Valutazione del **personale che opera all'esterno** (manutentori, addetti alle pulizie, giardinieri, ecc.)

LA RESPONSABILITÀ DEL MEDICO DI SOCIETÀ



- **Società sportive professionistiche:** Medico Sociale specialista in Medicina dello Sport
- **Società o Associazioni Sportive Dilettantistiche:** Medico Sociale laureato in Medicina e Chirurgia (se previsto da norma di FNS, DSA, EPS di riferimento) possibilmente iscritto alla FMSI (che prevede specifici corsi di formazione per Soci Aggregati non specialisti)

- **Assistenza al Presidente della Società:**
 - nel controllo dell'idoneità alla pratica sportiva degli atleti (nel caso specifico alla pratica non agonistica)
 - nella predisposizione del protocollo di prevenzione COVID-19 (in assenza di medico competente)
- **Controllo del mantenimento dello stato di salute e quindi dell'idoneità degli atleti e prevenzione dell'uso di sostanze dopanti**

LE FIGURE DI RIFERIMENTO SANITARIO



- Medico sociale
- Medico competente in Medicina del Lavoro (se previsto, ad es. in associazioni o società con lavoratori subordinati con uso di videoterminale superiore a 20 ore/sett.)
- Fisioterapista e massaggiatore
- Psicologo
- **Addetto al primo soccorso possibilmente formato con il corso PSS-D[®] FMSI**

LE PROCEDURE DI SICUREZZA PER PERSONALE, GIOVANI SPORTIVI E ACCOMPAGNATORI



- **Controllo all'ingresso** nella struttura
- **Informazione e formazione sui percorsi e i comportamenti** all'interno della struttura
- **Uso di dispositivi di protezione** individuale

Controllo all'ingresso nella struttura

Creazione di una zona filtro per:

- **Misura della temperatura corporea** con rilevatore di temperatura a distanza (da igienizzare prima del primo utilizzo e in caso di possibile contaminazione per contatto accidentale). Se temperatura maggiore di $37,5^{\circ}\text{C}$, l'ingresso non è consentito
- **Valutazione della presenza di sintomi** quali tosse, difficoltà respiratorie, arrossamento degli occhi

Controllo all'ingresso nella struttura

- Acquisizione di **dichiarazione** (firmata dal genitore per i minori) di:
 - non avere avuto nelle ultime settimane sintomi quali febbre, tosse, congiuntivite, astenia, riduzione della percezione di odori e gusto, disturbi intestinali nei giorni precedenti;
 - non essere stati a contatto con persone sospette o affette da COVID-19 nelle 2 settimane precedenti;
 - di non essere in quarantena.

Durante la permanenza

- Mantenimento delle **distanze di sicurezza** (1 metro, che diventano almeno 2 in caso di attività fisica con impegno cardiorespiratorio, evitando di correre in scia)
- **Evitare di toccare** con le mani il viso, in particolare occhi, naso e bocca
- **Lavaggio frequente delle mani o igienizzazione con gel**, in particolare all'ingresso, prima e dopo uso dei servizi, uso di attrezzi, pranzo, seguendo la tecnica di lavaggio consigliata

Durante la permanenza

- Uso di **fazzoletti di carta per coprire la bocca in caso di tosse o starnuti**, nonché per raccogliere secrezioni dal naso o dalla bocca, da gettare immediatamente dopo l'uso in appositi contenitori chiusi, igienizzando subito dopo le mani
- Uso di una **salvietta di carta anche per aprire e chiudere i rubinetti** da cestinare subito dopo l'uso
- Evitare di parlare a voce alta o gridare direttamente rivolti verso la faccia degli altri
- Uso da parte del personale e degli accompagnatori di mascherine, guanti, schermi o occhiali in funzione delle attività svolte

Durante la permanenza

- La **sanificazione** (pulizia e disinfezione) della zona filtro di ingresso e dei servizi igienici deve essere assicurata due volte al giorno
- Le **superfici toccate frequentemente** (maniglie, interruttori, pulsanti, rubinetti, sedie, tavoli, attrezzi sportivi) andranno **disinfettate regolarmente più volte** durante il giorno. In particolare, se gli attrezzi sono usati da più gruppi di minori, è opportuna la sanificazione prima dello scambio fra i gruppi
- Durante le attività svolte all'interno, deve essere assicurato un **buon ricambio dell'aria** così come in sala da pranzo o altri locali comuni

MODALITÀ DI INTERVENTO IN CASO DI INFORTUNIO



- In caso di infortunio sul terreno di attività sportiva, il **personale incaricato** (medico, fisioterapista, addetto al primo soccorso) può **intervenire munito di guanti, mascherina chirurgica e possibilmente visiera o occhiali protettivi**. Gli altri soggetti presenti devono mantenere una distanza di almeno 2 metri dall'atleta infortunato.
- Nel caso in cui non sia possibile tornare all'attività, l'infortunato deve essere **trasportato in una sala o, in mancanza, in uno spazio isolato adibito al primo soccorso** in prossimità dell'uscita. Al soggetto, **se di età superiore a 6 anni**, dovrà essere **applicata una mascherina chirurgica**. I familiari dovranno essere informati dell'accaduto e con il loro accordo saranno decise le azioni successive.

COME AGIRE IN CASO DI SOSPETTO CONTAGIO



- Se durante lo svolgimento dell'attività sportiva qualcuno **manifesta sintomi** come febbre $>37,5^{\circ}\text{C}$, tosse, difficoltà respiratoria, astenia, disturbi dell'olfatto o del gusto, ma anche un generale senso di malessere, deve essere **immediatamente isolato** in un'apposita sala o spazio riservato in prossimità dell'uscita e gli deve essere **applicata, se di età superiore a 6 anni, una mascherina chirurgica**. Il personale che lo avvicina, gli fornisce la mascherina e lo assiste, dovrà essere munito di guanti, camice monouso a maniche lunghe, mascherina filtrante FFP2, visiera o occhiali protettivi.
- Sarà quindi necessario **contattare nel più breve tempo possibile il medico curante**, se si tratta di un minore attraverso un familiare, e seguire i protocolli previsti dalla sanità pubblica.
- Procedere ad accurata **igienizzazione di tutte le aree in cui il soggetto ha soggiornato** e le superfici che ha toccato.

LA DOCUMENTAZIONE DA COMPILARE



- **Protocollo di prevenzione** della diffusione di COVID-19 (eventualmente inserito nel DUVRI se previsto per l'ASD in caso di presenza di personale subordinato)
- **Questionario di dichiarazione** del personale e degli utenti di assenza di sintomi e di contatti con portatori da conservare per 14 gg
- **Registro dei visitatori**, nel quale devono risultare annotati i seguenti dati: nome e cognome del visitatore, estremi del documento di riconoscimento, esito del controllo di ingresso, data e ora di ingresso e di uscita, locali della struttura visitati, i DPI utilizzati