



COVID-19

ISTRUZIONI OPERATIVE PER IL

PERSONALE

Servizio di Prevenzione e Protezione

Università degli Studi di Cagliari



ISTRUZIONI OPERATIVE PER IL PERSONALE

(12/05/2022 – IN PROGRESS)

1) PREMESSA

Le presenti istruzioni operative recepiscono le indicazioni delle norme nazionali e dei documenti tecnici in materia di contenimento del contagio da SARS-CoV-2 nei luoghi di lavoro. L'obiettivo del documento è fornire indicazioni operative finalizzate a incrementare l'efficacia delle misure precauzionali di contenimento adottate per contrastare l'epidemia di COVID-19. Il COVID-19 rappresenta un rischio biologico generico, per il quale occorre adottare misure uguali per tutta la popolazione.

Tutto il personale in servizio si impegna a rispettare le indicazioni fornite dall'Università degli Studi di Cagliari riportate nei protocolli di Ateneo.

2) INDICAZIONI GENERALI PER IL CONTRASTO ED IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DI SARS-CoV-2

- 1) **RIMANERE** al proprio domicilio in presenza di febbre (*oltre 37,5°*) o altri sintomi influenzali (*ad esempio mal di gola, diarrea, febbricola, raffreddore, congestione nasale, tosse, stanchezza, indolenzimento e dolori muscolari, perdita del gusto e dell'olfatto*) e chiamare il proprio Medico di Medicina Generale (MMG);
- 2) **Si RACCOMANDA DI MANTENERE** all'interno degli ambienti di lavoro un adeguato distanziamento e adottare le misure igieniche riportate nell'Allegato 1;
- 3) **È FORTEMENTE RACCOMANDATO INDOSSARE** dispositivi di protezione delle vie respiratorie all'interno degli spazi chiusi;
- 4) **RISPETTARE** tutte le indicazioni per una corretta igiene delle mani, prediligendo una frequente pulizia delle mani con acqua e sapone o con l'igienizzante (Allegati 2 e 3);
- 5) **SI CONSIGLIA DI UTILIZZARE** l'ascensore una persona per volta e dando la precedenza a persone con disabilità;
- 6) **INFORMARE** tempestivamente il proprio Responsabile nel caso si sviluppino sintomi influenzali (febbre o sintomi di infezione respiratoria quali tosse) durante la presenza in Università e recarsi a casa nel più breve tempo possibile.



3) PERSONALE CON CONDIZIONI DI FRAGILITÀ

Ai sensi dell'art. 83 (sorveglianza sanitaria) del Decreto Legge n.34 del 19/05/2020, convertito con modificazioni dalla Legge n.77/2020 e successive modifiche, in relazione al rischio di contagio da virus SARS-CoV-2, l'Ateneo assicura la **sorveglianza sanitaria eccezionale** dei lavoratori maggiormente esposti a rischio di contagio.

Il personale che ritenga di trovarsi in una o più delle **condizioni di ipersuscettibilità a patologie trasmissibili** (patologie croniche, multimorbilità ovvero stati di immunodepressione congenita o acquisita) e che sta svolgendo, o dovrà svolgere, attività in presenza deve **informare del proprio stato la Direzione Personale, Organizzazione, Performance** seguendo le indicazioni delle circolari interne in materia.

La pratica sarà inoltrata tempestivamente al Settore Sorveglianza Sanitaria per quanto di competenza del **Medico Competente**.

Si evidenzia che, ai sensi del succitato art.83, l'eventuale inidoneità alla mansione accertata dal Medico Competente non può in ogni caso giustificare la risoluzione del rapporto di lavoro.

4) INDICAZIONI OPERATIVE PER IL PERSONALE SUI COMPORAMENTI DA TENERE NEI DIVERSI AMBIENTI DI LAVORO E SULL'USO DEGLI STRUMENTI DI PROTEZIONE PERSONALE

SCHEDA 1 - AMBIENTI DI LAVORO E LOCALI DI USO COMUNE

Si riportano alcune misure di tutela per ridurre il rischio di contagio in alcune situazioni lavorative

AMBIENTE DI LAVORO	MISURE DI TUTELA
Attività studio/ufficio	<ul style="list-style-type: none">- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (si veda la Scheda 2) in tutti gli ambienti chiusi, in particolar modo per il personale che svolga la prestazione in stanze in comune con uno o più lavoratori, anche se si è solo in due, salvo che vi siano spazi tali da escludere affollamenti- Arieggiare frequentemente il locale, aprendo le finestre per garantire un rapido ricambio d'aria- Evitare gli assembramenti
Uso di attrezzature d'ufficio condivise (stampanti/fotocopiatore, etc.)	<ul style="list-style-type: none">- Lasciare aperta la porta del locale dove sono installate le attrezzature- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (si veda la Scheda 2)- Arieggiare il locale, aprendo le finestre per garantire un rapido ricambio d'aria- Pulire i tasti e quelle parti delle attrezzature toccate più di frequente secondo la procedura in Allegato 4 (per la disinfezione utilizzare prodotti biocidi o presidi medico-chirurgici autorizzati dal Ministero della Salute)- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)

SCHEDA 1 - AMBIENTI DI LAVORO E LOCALI DI USO COMUNE

Si riportano alcune misure di tutela per ridurre il rischio di contagio in alcune situazioni lavorative

AMBIENTE DI LAVORO	MISURE DI TUTELA
Attività in Biblioteche/Archivi/Musei Postazioni front office	<ul style="list-style-type: none">- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (si veda la Scheda 2) anche per i visitatori- Mettere a disposizione dei visitatori il gel igienizzante- Arieggiare frequentemente i locali, aprendo le finestre per garantire un rapido ricambio d'aria- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)- Al termine del proprio turno nella postazione front office provvedere alla pulizia e disinfezione delle superfici toccate con più frequenza (es. tastiere, mouse, etc.) utilizzando i prodotti a disposizione (per la disinfezione utilizzare prodotti disinfettanti: biocidi o presidi medico-chirurgici autorizzati dal Ministero della Salute)
Laboratorio di ricerca	<ul style="list-style-type: none">- Fare riferimento al referente del laboratorio che ha il compito di vigilare sul rispetto delle misure prescritte e può intervenire in caso di necessità- Mantenere la distanza interpersonale e adottare le misure igieniche riportate nell'Allegato 1- Arieggiare frequentemente il locale, aprendo le finestre per garantire un rapido ricambio d'aria- In caso di attrezzature di lavoro utilizzate da diversi lavoratori provvedere alla loro pulizia e disinfezione secondo la procedura in Allegato 4- Indossare sempre tutti i DPI prescritti per l'attività lavorativa, inclusi quelli specifici di protezione delle vie respiratorie come indicato nelle procedure specifiche del laboratorio- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)

SCHEDA 1 - AMBIENTI DI LAVORO E LOCALI DI USO COMUNE

Si riportano alcune misure di tutela per ridurre il rischio di contagio in alcune situazioni lavorative

AMBIENTE DI LAVORO	MISURE DI TUTELA
Attività di cantiere/ sopralluoghi tecnici	<ul style="list-style-type: none">- Mantenere la distanza interpersonale e adottare le misure igieniche riportate nell'Allegato 1- Evitare gli assembramenti- In caso di attività che coinvolgano più di un lavoratore o nei casi di condivisione di spazi comuni è fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie-(si veda la Scheda 2)- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)
Attività che NON consentono il rispetto della distanza interpersonale Giardinieri (HBK)/Tecnici (CESAR)	<ul style="list-style-type: none">- Quando l'attività non permette il rispetto della distanza interpersonale è fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (facciale filtrante FP2/3 privo di valvola)- In caso di attrezzature di lavoro utilizzate a turno da diversi lavoratori provvedere alla loro pulizia e disinfezione prima di riportarle secondo la procedura di lavoro in Allegato 4- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3) anche se si sono utilizzati i guanti
Attività che prevedono l'uso di mezzi di trasporto utilizzati da più persone	<ul style="list-style-type: none">- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo per la protezione delle vie respiratorie- Accertarsi di avere sempre a disposizione il gel igienizzante- Durante le operazioni di carico evitare gli assembramenti- Assicurarsi che il mezzo di trasporto sia stato pulito prima dell'uso e provvedere alla sua pulizia al termine dell'attività- Lavare/igienizzare le mani frequentemente utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)- Nel caso si sia verificato il trasporto di un soggetto risultato positivo al COVID-19, si dovrà provvedere ad una pulizia e disinfezione straordinaria del mezzo di trasporto utilizzato

**SCHEDA 1 - AMBIENTI DI LAVORO E LOCALI DI USO COMUNE**

Si riportano alcune misure di tutela per ridurre il rischio di contagio in alcune situazioni

SPAZI COMUNI/ PUNTI DI RISTORO	MISURE DI TUTELA
Locali di ristoro interno	<ul style="list-style-type: none">- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (si veda la Scheda 2)- Mantenere la distanza interpersonale e adottare le misure igieniche riportate nell'Allegato 1- Lavare/igienizzare le mani prima e dopo l'uso delle attrezzature utilizzando acqua e sapone o altre soluzioni igienizzanti (Allegati 2 e 3)- Arieggiare il locale, aprendo le finestre per garantire un rapido ricambio d'aria
Aree distributori automatici	<ul style="list-style-type: none">- È fortemente raccomandato l'utilizzo di un dispositivo di protezione delle vie respiratorie (si veda la Scheda 2)- Igienizzare le mani con il prodotto a disposizione prima dell'utilizzo del distributore- Evitare gli assembramenti

SCHEDA 2 - COME INDOSSARE LE MASCHERINE

MASCHERINA DI TIPO CHIRURGICO

Per indossare la mascherina

- Lavare accuratamente le mani,
- appoggiare sul palmo della mano la mascherina e far passare i laccetti oltre il dorso della mano (tenere il nasello¹ rivolto verso l'alto),
- portare la mascherina sul volto, la base sul mento e il nasello sopra il naso, in modo da coprirlo,

con elastici

- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico superiore e farlo passare dietro un orecchio quindi dietro l'altro,
- con entrambe le mani, aggiustare il nasello affinché aderisca perfettamente al naso,
- provare ad inspirare e verificare che la mascherina aderisca perfettamente,
- con uno specchio, verificare che la mascherina sia posizionata correttamente coprendo bocca e naso,

Per togliere la mascherina

- Lavare accuratamente le mani
- poggiare il palmo della mano sulla mascherina e sollevare l'elastico inferiore portandolo oltre il viso,
- sollevare l'elastico superiore portandolo oltre il viso,
- inserire la mascherina in una bustina pulita per conservarla protetta dalla polvere,
- lavare accuratamente le mani.

Per smaltire la mascherina

- Inserire la mascherina in una bustina, chiudere la bustina con un nodo stretto,
- gettarla nel contenitore specifico presente presso l'uscita dell'edificio,
- lavare accuratamente le mani

Nota: la mascherina è efficace per un tempo limitato, evitare l'uso quando la situazione non lo richiede.

¹ Per nasello si intende la barretta metallica visibile nella parte superiore interna della mascherina

SCHEDA 2 - COME INDOSSARE LE MASCHERINE

MASCHERA FACCIALE FILTRANTE TIPO FFP2/FFP3 SENZA VALVOLA

Per indossare la mascherina

- Lavare accuratamente le mani,
- appoggiare sul palmo della mano la mascherina e far passare i laccetti oltre il dorso della mano (tenere il nasello² rivolto verso l'alto),
- portare la mascherina sul volto, la base sul mento e il nasello sopra il naso, in modo da coprirlo,
- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico superiore e farlo passare dietro la testa sopra le orecchie,
- tenendo la mascherina sul volto, tirare l'elastico inferiore e farlo passare dietro la testa sotto le orecchie nella parte superiore del collo,
- con entrambe le mani, aggiustare il nasello affinché aderisca perfettamente al naso,
- provare ad inspirare e verificare che la mascherina aderisca perfettamente (l'aria dovrebbe entrare solo attraverso il filtro),
- con uno specchio, verificare che la mascherina aderisca perfettamente coprendo bocca e naso.

Per togliere la mascherina

- Lavare accuratamente le mani,
- poggiare il palmo della mano sulla mascherina e sollevare l'elastico inferiore portandolo oltre il viso,
- sollevare l'elastico superiore portandolo oltre il viso,
- inserire la mascherina in una bustina pulita per conservarla protetta dalla polvere,
- lavare accuratamente le mani.

Per smaltire la mascherina

- Inserire la mascherina in una bustina, chiudere la bustina con un nodo stretto
- gettarla nel contenitore specifico presente presso l'uscita dell'edificio
- lavare accuratamente le mani.

Nota: la mascherina è efficace per un tempo limitato, evitare l'uso quando la situazione non lo richiede.

² Per nasello si intende la barretta metallica visibile nella parte superiore interna della mascherina



ALLEGATO 1

Misure igienico-sanitarie

1. Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani
2. Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
3. Evitare abbracci e strette di mano
4. Mantenere, nei contatti sociali, un adeguato distanziamento
5. Praticare l'igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie)
6. Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva
7. Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani
8. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce
9. Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico
10. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
11. È fortemente raccomandato in tutti i contatti sociali, utilizzare protezioni delle vie respiratorie come misura aggiuntiva alle altre misure di protezione individuale igienico-sanitarie

ALLEGATO 2

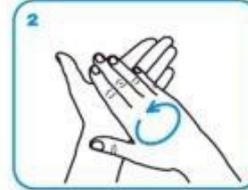
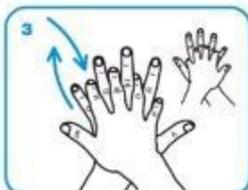
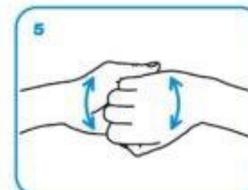
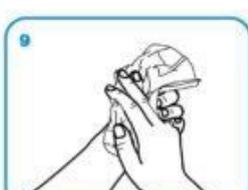
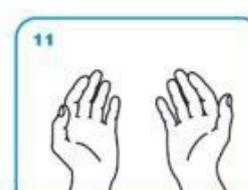


Come lavarsi le mani con acqua e sapone?



LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

 Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

		
Bagna le mani con l'acqua	applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani	friziona le mani palmo contro palmo
		
il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa	palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro	dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
		
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa	frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa	Risciacqua le mani con l'acqua
		
asciuga accuratamente con una salvietta monouso	usa la salvietta per chiudere il rubinetto	...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE
for **PATIENT SAFETY**

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.
October 2006, version 1.



World Health Organization

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

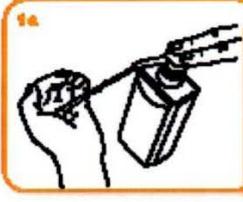
ALLEGATO 3

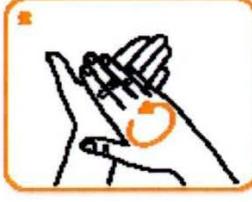
Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?

**USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!**

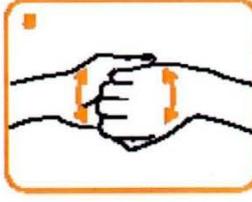
 Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**

1a  Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.

1b  frizionare le mani palmo contro palmo

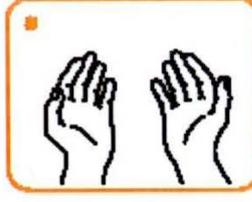
2  il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa

3  palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro

4  dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro

5  frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa

6  frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa

7  ...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE FOR PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitala Universitariu de Gônôvo (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.
October 2009, version 1.

 World Health Organization

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no way shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.



ALLEGATO 4

PROCEDURA PER LA PULIZIA E DISINFEZIONE DELLE SUPERFICI E DELLE ATTREZZATURE DI LAVORO

Fasi

1. **PULIZIA - rimuovere** la polvere ed eventuali residui di sporco dalle superfici di lavoro e dalle attrezzature utilizzando, quando possibile, un panno imbevuto di acqua ed un comune detergente neutro. Le attrezzature che non possono essere trattate ad umido possono essere pulite con panno a secco;
2. **DISINFEZIONE - effettuare** una successiva **disinfezione** con prodotti biocidi o presidi medico-chirurgici autorizzati dal Ministero della Salute, oppure con sodio ipoclorito 0,1% o, per le superfici che non possono essere trattate con sodio ipoclorito (metalli, pelle, ecc.), con panno imbevuto di etanolo al 70%;

Studi / uffici - smaltire tutto il materiale utilizzato in contenitori per i rifiuti speciali assimilabili agli urbani (frazione secca/indifferenziata) utilizzando i contenitori specifici;

Laboratori - smaltire il materiale utilizzato per la pulizia e disinfezione in contenitori per i rifiuti speciali o nel caso si disponga di tali contenitori smaltirlo come rifiuto speciale assimilabile agli urbani (frazione secca/indifferenziata) utilizzando i contenitori specifici;

Attività all'esterno – raccogliere tutto il materiale utilizzato, i dispositivi di protezione, etc. in una busta, chiudere la busta con un nodo stretto e trasportarla in laboratorio dove smaltirla come rifiuto speciale.