



EMERGENZA SANITARIA COVID 19

SUGGERIMENTI OPERATIVI PER I FISIOTERAPISTI

aggiornate al DPCM 9 marzo 2020¹ - revisione del 10/03/2020



1. PREMESSA

La rapida evoluzione dell'emergenza sanitaria legata alla diffusione dell'epidemia da COVID-19 richiede che si forniscano alcune utili indicazioni per l'espletamento delle attività professionali in coerenza con le indicazioni del Ministero della Salute e con le disposizioni del Governo anche a tutela della salute dei pazienti che si affidano a noi nonché della nostra. Ricordiamo che fino al 3 aprile 2020 tutto il territorio nazionale è sottoposto alle medesime misure urgenti per il contenimento del contagio.

In ragione di quanto previsto nelle disposizioni ministeriali, l'obiettivo delle varie indicazioni non è il rischio zero (ottenibile solo con un rigido isolamento), ma la gestione del rischio nei termini di **ridurre le probabilità di diffusione e contagio**. Nell'attuale situazione di emergenza, rispetto alle norme operative si ritiene inutile distinguere tra attività erogata in regime pubblico o privato, e quanto previsto per la sanità pubblica va esteso anche per quella privata a tutela dell'interesse della collettività.

Nelle **STRUTTURE SANITARIE PUBBLICHE E PRIVATE**, come ospedali, case di cura, RSA ed ambulatori, compresi gli enti che effettuano unicamente attività domiciliare il fisioterapista deve *attenersi alle indicazioni fornite dalla Direzione Sanitaria* al fine di ottemperare al corretto svolgimento delle proprie funzioni. Le indicazioni sotto riportate possono comunque essere un utile orizzonte di riferimento in caso di ridotte o assenti indicazioni.

Negli **STUDI PROFESSIONALI, SINGOLI O ASSOCIATI** è il titolare dello studio che deve redigere ed attuare, sotto la propria responsabilità, le *procedure idonee a garantire la salvaguardia della salute propria e delle persone che accedono allo studio*. L'erogazione della cura è condizionata all'adozione di misure preventive e organizzative in linea con le disposizioni vigenti e le indicazioni dell'OMS.

Va altresì garantita la programmazione degli appuntamenti in maniera tale da evitare la sosta di più persone nelle sale di attesa e loro eventuali accompagnatori. In ogni caso: si richiama l'attenzione sulla scrupolosa ottemperanza alle misure previste dall'art. 3, comma 1 del D.P.C.M. 9 marzo 2020.

- lett. a): attenersi alle appropriate misure di prevenzione per la diffusione delle infezioni;
- lett. d): gestione di pazienti con sintomatologia respiratoria e febbre;
- lett. e): esposizione delle informazioni sulle misure di prevenzione igienico sanitarie
- lett. h): messa a disposizione di disinfettanti per l'igiene delle mani

In tutti i setting assistenziali di interesse fisioterapico (studio professionale, ambulatorio, strutture ex art. 26, strutture di ricovero ordinario, strutture socioassistenziali, RSA, ...) valgono comunque le regole generali contenute in questo documento.

2. MOBILITA' DELLE PERSONE E DEI PROFESSIONISTI

- Per **tutti i cittadini** vige la disposizione di evitare ogni spostamento delle persone fisiche, tranne che per motivi di comprovate esigenze lavorative o situazioni di necessità ovvero spostamenti per **giustificati ed indifferibili** motivi di salute, da attestare mediante autodichiarazione.
- Per le persone con sintomatologia respiratoria conclamata e stato febbrile (T maggiore di 37,5°C) è raccomandato di **restare comunque a casa** e limitare i contatti sociali, contattando il MMG o PLS per la gestione del caso.
- Per le persone in quarantena o positivi al virus è fatto **divieto di abbandono della propria abitazione**

¹ I presenti suggerimenti sono validi fino alla pubblicazione di ulteriori disposizioni normative e potranno esserci ulteriori aggiornamenti anche su tematiche specifiche. La differente distribuzione epidemiologica, inoltre, rende questi suggerimenti come "generali" da adattare in relazione alle disposizioni delle autorità locali.

In caso di **attività professionale effettuata al di fuori del proprio comune di residenza**.

Nel caso in cui, su disposizione formale della Azienda/struttura di riferimento, il professionista sia chiamato ad effettuare spostamenti fuori dal Comune di domicilio, è necessario:

- 1) che il professionista sia munito di una *autocertificazione* che, ai sensi del DPR 445/2000, attesti i motivi dello spostamento del professionista stesso;
- 2) che le esigenze di spostamento siano riferibili a “motivi indifferibili” (es. “recarsi da pazienti che necessitano improrogabilmente di trattamento fisioterapico/riabilitativo”).

Rispetto a Ferie e Congedi si è in attesa di ulteriori provvedimenti a sostegno di genitori, liberi professionisti e aziende nonché, in fase di forte sollecitazione, di disposizioni di supporto concreto ai quei centri riabilitativi che necessariamente devono chiudere le proprie attività come azione di tutela di pazienti e professionisti.

3. INDICAZIONI GENERALI PER L'INTERVENTO FISIOTERAPICO

Essendo consentiti gli “*spostamenti per motivi di salute*” è necessario procedere alla puntuale valutazione caso per caso in merito all'opportunità di sospendere o riprogrammare gli accessi terapeutici. L'aspetto più difficile in questo caso è trovare il giusto equilibrio tra erogazione di prestazioni utili per il paziente (cosiddetta *improcrastinabilità della prestazione*) e riduzione del rischio di diffusione del virus. Nella fase attuale di massima velocità di diffusione deve essere data la **priorità alla riduzione del rischio di diffusione del virus**.

In ogni caso è doveroso considerare fortemente di **sospendere o riprogrammare gli accessi** terapeutici per i **pazienti più esposti a rischio**, come:

- soggetti, in particolare anziani, affetti da patologie croniche o con multimorbilità;
- soggetti con stati di immunodepressione congenita o acquisita;

nonché in tutti i casi in cui il fisioterapista stesso abbia sintomi respiratori (raffreddore, tosse) anche senza febbre.

Nei casi in cui sia rilevata la indifferibilità dell'intervento, si suggerisce di attivare comunque un **contatto telefonico preventivo** con tutti i pazienti da trattare per:

- assicurarsi che il paziente non manifesti **sintomi da infezione respiratoria** (tosse, raffreddore) e febbre (maggiore di 37,5 °C) anche se non anziano e/o a rischio. In tal caso si invita il paziente a rimanere presso il proprio domicilio e contattare il proprio medico curante per valutare le azioni del caso;
- comunicare che si sospenderanno o rimanderanno le sedute rivolte a **anziani** affetti da patologie croniche o con multimorbilità e soggetti con **stati di immunodepressione congenita o acquisita**, valutando con loro, caso per caso, il giusto equilibrio tra vantaggi dati dalla seduta di fisioterapia e rischio di diffusione del virus;
- laddove il trattamento sia improcrastinabile, comunicare che verranno adottate tutte le procedure per **limitare l'avvicinamento tra pazienti e potenziare le misure di igiene** già adottate, secondo le indicazioni del Ministero della Salute. In caso di trattamento ambulatoriale, si richiede sia presente in sala d'attesa **non più di un accompagnatore per paziente**.



La fisioterapia non è solo cura e riabilitazione con necessità di contatto ma anche valutazione, consulenza ed educazione che possono essere in certi casi svolte a distanza: pertanto suggeriamo di promuovere, ove possibile, la strutturazione di metodiche di lavoro che consentano l'utilizzo di **approcci di valutazione e trattamento telematici** quali ad esempio il

triage telefonico, l'invio di moduli di esercizi e indicazioni, sedute in telepresenza anche al fine di mantenere nel paziente una **costante attenzione al suo percorso di recupero**, anche nell'impossibilità di garantire un contatto diretto.

Durante la valutazione/trattamento:

- a. del paziente con **sintomatologia respiratoria (no COVID19)**: è raccomandato far indossare al paziente la mascherina chirurgica; mantenere la distanza di almeno 1 metro o indossare mascherina chirurgica;
- b. del pazienti **sospetti o affetti da Covid-19**: è raccomandato l'utilizzo di maschera FFP2 o FFP3, camice protettivo, guanti, protezione oculare (goggles o schermo facciale).
- c. del pazienti **sospetti o affetti da Covid-19** durante l'esecuzione di procedure in grado di generare aerosol: è raccomandato l'utilizzo di maschera FFP3, camice protettivo, guanti, protezione oculare (goggles o schermo facciale).

4. Gestione degli spazi e degli ambienti

- esporre nelle sale d'aspetto il **materiale informativo del Ministero della Salute** sulle regole igienico-comportamentali da seguire per il contenimento del rischio di diffusione del contagio (in fondo a questo documento troverete i link); DPCM 8 marzo 2020 art. 3 comma 1 lettera
- posizionare all'ingresso dello studio appositi **distributori di gel alcolici** con una concentrazione di alcol al 60- 85% e dei cartelli con la richiesta ai pazienti di utilizzarli all'ingresso e all'uscita dallo studio;
- organizzare gli appuntamenti in maniera da **limitare il più possibile la contemporanea presenza di più persone** nello studio tenuto conto dell'ampiezza dei locali per consentire il potenziamento delle misure di sanificazione ambientale nonché di arieggiare i locali a più alto passaggio;
- organizzare la **sala d'attesa** con un posizionamento delle sedie a 1-2 metri di distanza;
- potenziare le azioni di **pulizia e sanificazione ambientale**. In letteratura diverse evidenze hanno dimostrato che i Coronavirus, possono persistere sulle superfici inanimate in condizioni ottimali di umidità e temperature fino a 9 giorni ma che sono efficacemente inattivati da adeguate procedure di sanificazione che includano l'utilizzo dei **comuni disinfettanti di uso ospedaliero**, quali ipoclorito di sodio (0.1% -0,5%), etanolo (62-71%) o perossido di idrogeno (0.5%), per un tempo di contatto adeguato. Pertanto, occorre effettuare una **pulizia accurata degli oggetti e delle superfici ambientali** con prodotti idonei, con frequenza regolare e costante **tra un accesso ed il successivo**. Particolare cura dovrà essere prestata nella formazione e informazione di eventuale altro personale addetto alla sanificazione. Si consiglia inoltre di **arieggiare i locali** tra un paziente e l'altro.



Al fine di assicurare la massima igiene degli spazi di lavoro (utilizzando telini monouso , disinfezione del lettino e delle superfici dopo ogni paziente) si consiglia di ridurre il rischio di contatto indiretto tra un paziente e l'altro utilizzando creme / olio monouso o mettendo creme /oli in contenitori usa e getta.

5. Durante le sedute di fisioterapia

- illustrare al paziente le **precauzioni standard e di igiene respiratoria**
 1. modalità e tempi corretti dell'igiene delle mani;
 2. come igienizzare le mani: soluzione idroalcolica, acqua e sapone;
 3. istruzioni sul galateo della tosse
 4. fornire al paziente una mascherina chirurgica, laddove disponibile e laddove necessario, e dare indicazioni su come utilizzarla;
 5. adottare costantemente le norme di distanziamento sociale di almeno un metro da altre persone.
- potenziare l'**igiene delle Mani** seguendo le istruzioni dell'OMS, prima e dopo ogni paziente e ogni qualvolta le mani si spostino dal paziente ad altra superficie (es. pc, cellulare, ...), frizionandole con soluzione alcolica per 20-30 sec. o lavandole con acqua e sapone se visibilmente sporche. Il prodotto può essere prodotto in loco secondo la formulazione dell'OMS. www.who.int/gpsc/en/index.html
I 5 momenti dell'igiene delle mani:
 1. prima di toccare un paziente
 2. prima di iniziare una procedura sterile
 3. dopo il rischio di contatto con fluidi corporei
 4. dopo aver toccato il paziente
 5. dopo aver toccato le superfici intorno al paziente





- i **guanti** non sostituiscono la necessità di effettuare l'igiene delle mani con un prodotto a base alcolica o con acqua e sapone. I guanti proteggono il personale dal sangue e dai fluidi corporei, dalla cute non integra e dalle membrane mucose. Togli i guanti dopo aver prestato assistenza ad un paziente. Non usare lo stesso paio di guanti per più di un paziente.²



- la **mascherina chirurgica** è un dispositivo medico che serve per ridurre la diffusione nell'ambiente dei droplet (goccioline) che sono veicolo del virus da far adottare in particolare alle persone che abbiano sintomi (tosse, raffreddore) che potrebbero veicolare l'eventuale presenza del virus.

Poiché in Fisioterapia è improbabile non avere contatti inferiori al metro e mezzo, previsti dal DPCM, consigliamo ai colleghi di *indossare mascherina nei rapporti ravvicinati coi pazienti e farla indossare ai pazienti stessi*, in particolare in presenza di raffreddore e tosse anche senza febbre, per proteggere sia sé stessi che loro dalla diffusione di droplet.

In caso di indisponibilità delle stesse, alcune limitate evidenze supportano una possibile seppur minore validità di mascherine autocostruite.

Maschere a maggiore protezione (FFP2, FFP3) sono indicate solo in *casi sospetti o conclamati* pertanto suggeriamo di non abusare di tali dispositivi per non ridurre la disponibilità per le strutture e i casi di vero bisogno.

Si ribadisce l'importanza di evitare e impedire l'uso improprio delle mascherine o di altri DPI che se utilizzati in modo inutile tolgono protezione a chi ne ha bisogno soprattutto in caso di interventi di reale urgenza.

6. Trattamenti domiciliari

Nel caso di **trattamenti a domicilio**, nelle more di ulteriori disposizioni specifiche o indicazioni regionali/aziendali ad hoc, valgono tutte le indicazioni generali e nello specifico:

- 1) *rivalutare le prese in carico* (triage telefonico e contatti con il care giver) garantendo l'accesso domiciliare ai soli pazienti in cui l'intervento non può essere eseguito da un caregiver formato e per il quale le prestazioni da effettuare risultino non differibili e non derogabili. *Analoghe procedure sono da adottarsi per le nuove prese in carico;*
- 2) *accertare dal triage la presenza o meno* tra i componenti il nucleo familiare (oltre all'assistito) *di sintomi specifici* (disturbi respiratori, tosse, febbre oltre i 37,5°, e sintomi simili a quelli dell'influenza). In caso di presenza di tali sintomi, raccomandare fortemente di rimanere presso il proprio domicilio limitando al massimo i contatti sociali e in caso di persistenza comunicare di contattare il medico curante e l'Azienda sanitaria che forniranno indicazioni al riguardo. Chiedere informazioni sugli eventuali viaggi effettuati dai conviventi, su contatti e su transito o dimora di parenti provenienti dal nord dal 7 marzo in poi (per chi risiede al centro/sud) per eventuale segnalazione al medico curante;
- 3) nel caso di accesso domiciliare *fare uso dei dispositivi di protezione* e delle procedure riguardanti l'igiene delle mani e degli ambienti, dei guanti monouso e dell'apposita mascherina protettiva.
- 4) salvo esplicite disposizioni da parte della direzione sanitaria del proprio Ente/struttura, evitare gli accessi presso domicilia di pazienti *in isolamento domiciliare o conviventi con persone in isolamento domiciliare.*

Per quanto riguarda i **trattamenti domiciliari**, se effettuati per conto di strutture accreditate, queste dovranno farsi carico di fornire al fisioterapista tutti i dispositivi previsti dalle normativa vigente per contrastare la diffusione del virus.

² http://assr.regione.emilia-romagna.it/attivita/innovazione-sanitaria/antibioticoresistenza-infezioni/prcar/controllo-rischio-infettivo/igiene-mani/cure-pulite-strumenti/foglio-informativo-6/@/@/download/file/a13_foglio_inf6_guanti.pdf

7. Nell'attività professionale come nella vita quotidiana

- **evitare il contatto di mani non pulite con le mucose.** Non toccare occhi, naso e bocca senza essersi prima lavati le mani. Le mucose sono la via di accesso del virus. 
- **starnutire e tossire in fazzoletti usa e getta** per poi gettarlo; a seguire lavarsi le mani. In caso di colpi di tosse, effettuarli nella piega del gomito o in fazzoletto come sopra. 
- **evitare luoghi affollati** che non consentano il rispetto della distanza di sicurezza di almeno un metro, distanza di diffusione dei droplet veicolo del virus; 
- **ridurre i contatti**, evitare strette di mano, abbracci, uso promiscuo di bicchieri; 
- **leggere le Domande e Risposte su COVID 19 nel sito del Ministero della salute** per aumentare la conoscenza e consapevolezza su questa situazione, farti tu stesso portatore di informazioni precise e contribuire a sensibilizzare le persone in contatto con te sull'importanza del rispetto delle misure di prevenzione (<http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>); 
- valorizzare l'eventuale tempo libero per **approfondire e studiare**, anche per partecipare alle **FAD gratuite** su COVID-19 o su altri temi dal Ministero della Salute o da altri enti (in fondo alcuni esempi); 
- adottare **strategie per contenere e ridurre lo stress** che inevitabilmente potrebbe accompagnare questo momento di emergenza. E' normale sentirsi tristi, confusi e spaventati durante una crisi, ma alcuni semplici rimedi possono aiutarci:
 - o parlare con le persone di cui ci fidiamo;
 - o cercare *informazioni solo su fonti attendibili* (Ministero della Salute, Istituto Superiore di Sanità, OMS);
 - o *non consultare in modo ossessivo i social* o i canali che presentano scenari catastrofici. Aumentano una percezione immotivata di pericolo dando un falso senso di rassicurazione informativa;
 - o potenziare *stili di vita salutari*, come passeggiate e attività fisica all'aria aperta, riduzione di fumo e alcol, alimentazione equilibrata;
 - o mantenere i *contatti sociali* con amici e familiari attraverso i tanti mezzi di comunicazione oggi a disposizione (es. telefono, videochiamate, ...);
 - o potenziare, come suggerisce l'OMS, le azioni di *rassicurazione, vicinanza, spiegazioni, ascolto ai bambini* che, colpiti dallo stress, potrebbero presentarsi più agitati, inquieti ed insistenti nelle loro richieste. In caso di separazione, ad esempio per ricovero in ospedale, stabilite comunque contatti regolari con i vostri bambini, anche per telefono, e rassicurateli fornendo spiegazioni chiare con linguaggio adatto alla loro età: ad esempio, la mamma, il papà, o altra persona della famiglia, potrebbero iniziare a non sentirsi bene e potrebbero andare in ospedale per un po' di tempo.

Agire e fare agire gli altri colleghi secondo scienza, coscienza e deontologia:
una triade che favorisce i migliori risultati per la salute.

Come detto dal nostro Capo dello Stato: *"Il momento che attraversiamo richiede coinvolgimento, condivisione, concordia, unità di intenti nell'impegno per sconfiggere il virus"*.

E' una sfida che coinvolge tutto il Paese.
Anche noi possiamo contribuire con intelligenza e responsabilità.
Uniti ce la faremo.

**Associazione Italiana Fisioterapisti
A.I.FI.**

**i presidenti delle Commissioni
di Albo dei Fisioterapisti**

condiviso con ARIR e validato da Comitato Scientifico A.I.FI.

8. DOCUMENTI UTILI

Lavare le mani: come, quando, perché

http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_339_allegato.pdf

Prevenzione delle infezioni con il corretto lavaggio delle mani

http://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_340_allegato.pdf

La Salute nelle tue mani: documenti vari disponibili al sito:

http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_3_1_1.jsp?lingua=italiano&menu=dossier&p=dossier&id=21

Rational use of PPE for COVID-19 – OMS 27 febbraio 2020

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331215/WHO-2019-nCov-IPCPPE_use-2020.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Soluzione antisettica OMS per la frizione delle mani

https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf

Principali raccomandazioni sul corretto utilizzo dei DPI (dispositivi di protezione individuale) sui siti:

- del Ministero della Salute

http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&dataa=2019/12/31&datada=2015/01/01

- dell'Istituto superiore di Sanità <https://www.iss.it/coronavirus>

- dell'Organizzazione mondiale della Sanità https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331215/WHO-2019-nCov-IPCPPE_use-2020.1-eng.pdf

VIDEO DELLE BUONE PRASSI PER L'IGIENE DELLE MANI E LA VESTIZIONE-SVESTIZIONE DEI DPI

<https://www.youtube.com/watch?v=N67yFByvPG0>

9. LINK IMPORTANTI da consultare frequentemente

<http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>

<https://www.iss.it/en/coronavirus>

<https://www.epicentro.iss.it/coronavirus>

10. Corsi FAD gratuiti che potrebbero essere utili in questo momento:

- EDUISS, la piattaforma dedicata alla Formazione a Distanza (FAD) in salute pubblica dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) mette a disposizione un corso **FAD gratuito** intitolato "Emergenza sanitaria da nuovo coronavirus SARS CoV-2: preparazione e contrasto" (20,8 crediti ECM)
 - **Fase di erogazione:** 28 febbraio 2020 – 28 aprile 2020
 - **Termine per il completamento di tutte le attività:** ore 12.00 del giorno 28 aprile 2020
 - **Tempistica:** il tempo stimato per la fruizione di tutte le attività formative e per completare l'intero corso è di 16 ore, ma non è necessario passarle tutte online.
Potrai accedere alla piattaforma di erogazione della formazione a distanza secondo le tue esigenze personali e professionali, in qualsiasi momento nell'arco delle 24 ore.
<https://www.eduiss.it/index.php?redirect=0>
- WHO mette a disposizione un corso FAD gratuito su COVID-19: *Operational Planning Guidelines and COVID-19 Partners Platform to support country preparedness and response* (Linee guida per la pianificazione operativa e piattaforma dei partner COVID-19 per supportare la preparazione e la risposta del paese)
 - Questo pacchetto di apprendimento è diviso in 3 moduli ed introduce i motivi per la necessità di un piano coordinato di risposta globale all'epidemia di COVID-19. Fornisce la guida necessaria per attuare le Linee Guida di pianificazione operativa a supporto della preparazione e della risposta del Paese. Tali linee guida sulla pianificazione descrivono i passaggi e le azioni prioritarie da includere nei piani di preparazione e risposta dei paesi nelle principali aree.
<https://openwho.org/courses/UNCT-COVID19-preparedness-and-response-EN>