

NOTE SULLA CORRETTA QUARANTENA DOMICILIARE

- La persona sottoposta a quarantena o a isolamento domiciliare deve rimanere in una **stanza dedicata** e dotata di buona ventilazione, possibilmente servita da bagno dedicato, dormire da sola, e limitare al massimo i movimenti in altri spazi comuni della casa dove vi siano altre persone.
- La stessa persona ha l'**obbligo di rimanere raggiungibile per le attività di sorveglianza attiva** e deve misurare la temperatura corporea in caso di percezione di aumento della temperatura.
- Se è disponibile un solo bagno, dopo il suo utilizzo, le superfici, qualilavandino, bidet, wc e maniglie, devono essere **accuratamente pulite** con un detergente neutro. In seguito, bisogna procedere con la disinfezione mediante un prodotto disinfettante efficace contro il virus, quale alcol etilico al 70%, con una soluzione di ipoclorito di sodio diluita allo 0,5% di cloro attivo per i servizi igienici (es. la candeggina sul mercato è generalmente al 5% o al 10% di contenuto di cloro), e allo 0,1% di cloro attivo per tutte le altre superfici da pulire, tenendo in considerazione la compatibilità con il materiale da detergere, l'uso e l'ambiente. I detersivi a base di cloro non sono utilizzabili su tutti i materiali.
- È opportuno che il o i locali che ospitano il soggetto in quarantena o in isolamento domiciliare siano **regolarmente arieggiati**, per garantire un adeguato ricambio d'aria. La persona in isolamento domiciliare o quarantena deve evitare di condividere con altre persone oggetti, quali asciugami, salviette, lenzuola, piatti, bicchieri, posate, ecc. Gli oggetti da cucina devono essere lavati con attenzione; per il lavaggio, è sufficiente anche il normale sapone e acqua calda.
- Per il soggetto in isolamento domiciliare o quarantena, c'è il divieto di spostamenti o viaggi.
- Per contenere le secrezioni respiratorie, il soggetto in isolamento domiciliare deve indossare la mascherina chirurgica il più a lungo possibile e cambiarla ogni giorno. Le persone che non possono tollerare la mascherina devono praticare misure di igiene respiratoria: coprire naso e bocca usando fazzoletti quando starnutiscono o tossiscono, tossire e starnutire nel gomito.
- I fazzoletti dovrebbero essere preferibilmente di carta ed eliminati in un doppio sacco impermeabile posto in una pattumiera chiusa che non preveda contatto con le mani per la sua apertura (es. apertura a pedale); se i fazzoletti sono di stoffa, devono essere maneggiati con guanti e lavati in lavatrice a 60-90°C usando comune detersivo. Dopo l'uso del fazzoletto le **mani devono essere immediatamente e accuratamente lavate** con acqua e sapone per 40 secondi o frizionate con prodotto idro-alcolico.

- Poiché alcune evidenze suggeriscono che certi animali domestici sarebbero suscettibili a SARS-CoV-2, a scopo puramente precauzionale, si suggerisce alle persone COVID-19 positive o che potrebbero esserlo di **limitare il contatto con gli animali**, analogamente a quanto si fa con le altre persone del nucleo familiare, evitando, ad esempio baci o condivisione del cibo.
- La persona in isolamento domiciliare o quarantena deve provvedere a raccogliere tutti i rifiuti in un doppio o triplo sacchetto di plastica resistente, senza fare la raccolta differenziata il cui ritiro verrà effettuato da personale dedicato.
- Il soggetto in quarantena o isolamento domiciliare **non può ricevere visite** fino al termine del periodo di confinamento obbligato a casa.

Dipartimento di Prevenzione

Il Ref. Aziendale Medicina Scolastica/Rete Medica Prov.le Covid/Scuole

Dott. Orazio Mistretta