

EMERGENZA COVID-19

RACCOMANDAZIONI PER I DIETISTI

1. PREMESSA

Il dietista, come tutti i professionisti sanitari, è impegnato in prima linea nel contribuire alla prevenzione della diffusione dell'epidemia. **Nell'esercizio della professione, mette in atto i corretti comportamenti a tutela dell'altrui e della propria salute**, rispetta e invita a far rispettare le indicazioni e le direttive delle Autorità competenti: Governo, Ministero della Salute, Regioni, Sindaci, Aziende Sanitarie e Ordini Professionali.

La rapida diffusione del contagio e le ricadute sulla tenuta del Sistema Sanitario Nazionale, già in estrema difficoltà nei territori che per primi sono stati individuati come zone rosse, impongono a tutti i professionisti il massimo sforzo e la conoscenza dei decreti legislativi e dei materiali ministeriali finalizzati alla prevenzione della diffusione del contagio. **L'ultimo DPCM individua come zona rossa tutto il territorio nazionale** e prevede quindi le stesse raccomandazioni per tutte le aree geografiche del paese

Provvedimenti legislativi:

[DPCM 04 marzo 2020](#), [DPCM 08 marzo 2020](#), [DPCM 09 marzo 2020](#)

Link ministeriali informativi:

[Nuovo Coronavirus: cosa c'è da sapere](#), [Nuovo Coronavirus: domande e risposte](#), [FAQ - Covid-19, domande e risposte](#)

Altre fonti bibliografiche:

[Indicazioni delle AMR ai professionisti](#), [lettera agli stakeholders della riabilitazione della Regione Campania – Ordine TSRM PSTRP Salerno](#), www.tsrn.org

RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO



VADEMECUM IN CASO DI DUBBI

NUOVO CORONAVIRUS: IL VADEMECUM COSA FARE IN CASO DI DUBBI

- Quali sono i sintomi a cui devo fare attenzione?**
Febbre e sintomi simil-influenzali come tosse, mal di gola, respiro corto, dolore ai muscoli, stanchezza sono segnali di una possibile infezione da nuovo coronavirus.
- Ho febbre e/o sintomi influenzali, cosa devo fare?**
Se negli ultimi 14 giorni sei stato a stretto contatto con una persona infetta da COVID-19 o sei stato in un'area a rischio oppure hai lavorato in una struttura sanitaria con pazienti COVID-19, resta in casa e chiama il medico di famiglia, il pediatra o la guardia medica.
- Dopo quanto tempo devo chiamare il medico?**
Subito. Se ritieni di essere contagiato, chiama appena avverti i sintomi di infezione respiratoria, spiegando i sintomi e i contatti a rischio.
- Non riesco a contattare il mio medico di famiglia, cosa devo fare?**
Chiama uno dei numeri di emergenza indicati sul sito www.salute.gov.it/nuovocoronavirus
- Posso andare direttamente al pronto soccorso o dal mio medico di famiglia?**
No. Se accedi al pronto soccorso o vai in un ambulatorio senza prima averlo concordato con il medico potresti contagiare altre persone.
- Come posso proteggere i miei familiari?**
Segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa un gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Se pensi di essere infetto indossa una mascherina chirurgica, resta a distanza dai tuoi familiari e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.
- Dove posso fare il test?**
I test vengono eseguiti unicamente in laboratori del Servizio Sanitario Nazionale selezionati. Se il tuo medico ritiene che sia necessario un test ti fornirà indicazioni su come procedere.
- Dove trovo altre informazioni attendibili?**
Segui solo le indicazioni specifiche e aggiornate dei siti web ufficiali, delle autorità locali e della Protezione Civile.

1 marzo 2020

DIECI COMPORTAMENTI DA SEGUIRE

NUOVO CORONAVIRUS Dieci comportamenti da seguire

- Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica
- Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- Copri bocca e naso con fazzoletti monouso quando starnutisci o tossisci. Se non hai un fazzoletto usa la piega del gomito
- Non prendere farmaci antivirali né antibiotici senza la prescrizione del medico
- Pulisce le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
- Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o se assisti persone malate
- I prodotti MADE IN CHINA o i pacchi ricevuti dalla Cina sono pericolosi
- Già animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus
- In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso, chiama il tuo medico di famiglia e segui le sue indicazioni

14 febbraio 2020

IL CORRETTO LAVAGGIO DELLE MANI

con acqua e sapone occorrono 60 secondi

- 1 Regala bene le mani con l'acqua
- 2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Frictione bene le mani palma contro palma
- 4 Frictione il pollice sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Frictione il dorso della dita contro il pollice appreso tenendolo in dita della mano destra intrecciato con quello della sinistra
- 6 Frictione le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 7 Frictione il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Frictione i polmoni avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistra e viceversa per il pollice destro
- 9 Scolare accuratamente le mani con una sabbietta monouso
- 10 Usa la sabbietta monouso per chiudere il rubinetto

con la soluzione alcolica occorrono 30 secondi

- 1 Regala bene le mani con l'acqua
- 2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Frictione bene le mani palma contro palma
- 4 Frictione il pollice sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Frictione il dorso della dita contro il pollice appreso tenendolo in dita della mano destra intrecciato con quello della sinistra
- 6 Frictione le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 7 Frictione il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Frictione i polmoni avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistra e viceversa per il pollice destro
- 9 Scolare accuratamente le mani con una sabbietta monouso
- 10 Usa la sabbietta monouso per chiudere il rubinetto

2. LA PREVENZIONE DELL'INFEZIONE IN TUTTI GLI AMBITI DELLA PRATICA PROFESSIONALE

In ambito sanitario, stante l'attuale situazione, la suddivisione tra pubblico e privato è irrilevante, ciò che è previsto per la sanità pubblica vale anche per quella privata.

In quest'ultima, i diritti soggettivi, anche quelli economici, sono subordinati agli interessi di sanità pubblica.

Pertanto, prima che professionisti e/o datori di lavoro privati, tali soggetti devono pensarsi per quel che sono in termini più generali ovvero Professionisti Sanitari tout court e, prima ancora, cittadini e individui ai quali si riferiscono le disposizioni governative.

Un ulteriore metro di valutazione e decisione è l'improcrastinabilità degli interventi. Se possono essere rimandati senza che la cosa determini un significativo problema per la salute, vanno rimandati.

• **Nelle strutture sanitarie pubbliche e private**, come ospedali, case di cura, RSA ed ambulatori, il dietista deve attenersi alle indicazioni fornite dalla Direzione Sanitaria al fine di ottemperare al corretto svolgimento delle proprie funzioni.

• **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. In tale contesto, il dietista dovrà effettuare una puntuale valutazione caso per caso in merito all'opportunità di **sospendere o riprogrammare gli accessi terapeutici per i pazienti più esposti a rischio**, come anziani, affetti da patologie croniche o con multimorbilità ovvero soggetti con stati di immunodepressione congenita o acquisita.

• **In ristorazione**, il dietista deve agire per la massima tutela igienico-sanitaria del vitto, con particolare riguardo ai percorsi sicuri (produzione, trasporto e distribuzione) nel caso i pasti debbano essere veicolati in zone o a utenze potenzialmente infette o con infezione in atto.

In concreto significa che è possibile proseguire l'attività professionale ma nel rispetto delle misure precauzionali di contenimento del rischio, al fine di garantire ai pazienti la continuità dell'assistenza nelle condizioni di massima sicurezza e ai Professionisti Sanitari di operare con il minor rischio possibile.

2.1. NELL'ESPLETAMENTO DELLA PRATICA PROFESSIONALE IL DIETISTA DEVE:

- ritenere ogni singolo paziente potenzialmente affetto da malattia trasmissibile;
- mantenere un livello di attenzione costante;
- lavarsi le mani con sapone o con gel a base alcolica o con cloro prima e dopo ogni singola prestazione sanitaria;
- indossare auspicabilmente i dispositivi di protezione individuale (DPI), in particolare guanti e mascherine;
- **nelle strutture sanitarie**: adottare sempre le norme igieniche preventive, igienizzando spesso (con prodotti a base alcolica o di cloro) tavoli, sedie, dispositivi tecnologici, bilance, stadiometri, metri e strumentazioni professionali prima e dopo ogni utilizzo;
- **nelle strutture di ristorazione**: redigere e verificare l'applicazione delle opportune procedure igienico-sanitarie riferite ai luoghi di lavoro e al personale addetto;
- **al domicilio del paziente**: verificare che paziente, caregiver e familiari siano informati e abbiano applicato le misure di igienizzazione nel momento del consulto in loco.

La mascherina: attenzione alla scelta e al suo corretto utilizzo

Le mascherine chirurgiche non sono efficaci. Per prevenire il rischio di contagio virale indossare dispositivi che coprono naso, bocca e mento, costituiti interamente da materiale filtrante FFP (Filtering Facepiece Particles, «filtrante facciale contro le particelle»). Le maschere con livello di protezione FFP1 non forniscono la protezione desiderata contro i virus. **Solo le maschere di classe FFP2 o meglio FFP3 proteggono efficacemente** da aerosol di goccioline, molecole proteiche, virus, batteri, funghi, spore e polveri sottili.

Prima di indossare una mascherina, pulire le mani con un detergente a base di alcool o sapone e acqua. Coprire la bocca e il naso con la maschera e assicurarsi che non vi siano spazi tra il viso e la maschera. Evitare di toccare la maschera mentre la si utilizza e casomai pulire le mani con un detergente a base di alcool o acqua e sapone. Sostituire la maschera con una nuova non appena è umida e non riutilizzare le maschere monouso. Rimuovere la maschera senza toccare la parte anteriore, gettarla immediatamente in un contenitore chiuso e pulire le mani con soluzioni a base di alcool o acqua e sapone.

2.2. IL DIETISTA NELLA RISTORAZIONE COLLETTIVA

In ambito di ristorazione collettiva, il dietista mette a disposizione la propria professionalità suggerendo alle aziende o alle strutture sanitarie i percorsi più appropriati e coordinando tutte le fasi della distribuzione e dello smaltimento dei pasti destinati ai pazienti contagiati o sospetti, predisponendo l'utilizzo di contenitori monouso termo-sigillati, vassoi monouso e il trasporto in casse isoterme in polistirolo con successivo smaltimento diretto da parte del reparto o della struttura socio-assistenziale, dopo la consegna. Per quanto in contrasto con le esigenze di sostenibilità ambientale, l'emergenza impone l'utilizzo di materiali monouso

2.3. IL DIETISTA IN SANITA' PUBBLICA

In ambito di sanità pubblica il dietista fornisce indicazioni a singoli o a gruppi di popolazione che, conformemente alle raccomandazioni governative e ministeriali di rimanere a casa e di limitare drasticamente i contatti sociali, permettano l'adozione di stili di vita sani, fornendo anche informazioni sull'uso inappropriato di integratori.

2.4. LA GESTIONE DELLA VISITA: IL DECALOGO DEL DIETISTA

1. E' auspicabile un **congruo spazio temporale fra le prestazioni**, per evitare la presenza di più persone contemporaneamente nello studio o nei locali ad esso adiacenti e permettere di attuare le procedure igienico-sanitarie previste dai decreti vigenti.
2. Invitare i pazienti a presentarsi puntuali all'appuntamento e quando possibile **senza accompagnatori**. Se il paziente è maggiorenne e non ha problemi psichici o cognitivi, l'accompagnatore deve aspettare fuori.
3. **Arieggiare** lo studio e gli ambienti circostanti costantemente.
4. **Contattare preventivamente i pazienti** prenotati, per informarsi su eventuali viaggi recenti nelle aree nazionali più a rischio nei giorni precedenti l'appuntamento e per richiedere se presentano qualsiasi sintomatologia riconducibile ad infezione da coronavirus quali raffreddore, febbre, mal di gola, malessere generale. In caso di risposte positive, **invitare il paziente a rinviare l'appuntamento**, controllando il suo stato di salute per escludere l'infezione.
5. **Il paziente anziano**, in ottemperanza al decreto "Coronavirus DPCM 4 marzo 2020", deve essere invitato a non lasciare il proprio domicilio, soprattutto se portatore di disabilità, al fine di tutelarsi da possibili contagi.
6. Le altre categorie di utenza dovrebbero lasciare il proprio domicilio **per il tempo necessario ad effettuare l'intervento terapeutico** al fine di tutelare se stessi e la collettività.
7. Per **le prestazioni domiciliari** che dovrebbero essere previste esclusivamente in caso di effettiva necessità, il dietista, prima di recarsi al domicilio del paziente, deve accertarsi delle proprie condizioni di salute e di quelle del paziente e dei suoi conviventi. Deve altresì verificare, una volta arrivato al domicilio, che siano rispettate le condizioni igienico-sanitarie dettate dai decreti in vigore ed utilizzare i Dispositivi di Protezione Individuali.
8. **La rilevazione di misure antropometriche** in bambini e/o adulti, prevede un contatto diretto con il paziente che non permette il rispetto della distanza, come da raccomandazioni. Tale aspetto assume particolare importanza nei pazienti con disturbi alimentari e negli ambulatori auxologici, dove la rilevazione delle misure antropometriche assume notevole significato. In questa fase di emergenza **evitare**, se non strettamente necessario, la rilevazione di pliche, circonferenze e l'effettuazione della bioimpedenziometria, limitandosi alla rilevazione del peso e dell'altezza. La lettura del **peso** può essere fornita dallo stesso paziente dopo essersi posizionato sulla bilancia, a maggior ragione se si utilizza una bilancia

elettronica/digitale. L'**altezza** può essere riferita dal paziente rilevandola in modo accurato solo dopo la fine dell'emergenza. Per i pazienti pediatrici si può far riferimento ad una recente rilevazione del pediatra di libera scelta. Nel caso in cui fosse strettamente necessario rilevare i parametri citati, munirsi di DPI e provvedere ad igienizzare tutti i dispositivi prima e dopo l'utilizzo.

9. Il DPCM 04 marzo 2020 (art. 1, comma 1 , punto n) **incoraggia la modalità di lavoro agile**, disciplinata dalla legge 81/2017, quale modalità di esecuzione del rapporto di lavoro subordinato, con l'utilizzo di strumenti tecnologici per lo svolgimento del lavoro in remoto.
10. **Date le circostanze, la modalità di lavoro in remoto va incoraggiata anche presso i libero professionisti.** A tal proposito, questa Associazione ha prodotto nel 2019 un documento (approvato anche dal gruppo per gli Affari Giuridici e Medico Legali della FNO TSRM PSTRP), relativo all'esercizio [dell'attività in remoto](#).

IL CONSIGLIO DIRETTIVO ANDID