

# 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](http://www.tsrn.org)

## RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO



SAUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS

## 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](http://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

SAUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS

## 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
- Pulisci 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 non sono pericolosi
- Gli 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

11 marzo 2020

www.salute.gov.it

## 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 Frictiona bene le mani palma contro palma
- 4 Frictiona il polso sinistra sopra il dorso destra intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Frictiona il dorso della dita contro il polso appoggiato lateralmente alla mano
- 6 Frictiona le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 7 Frictiona il polso destro mantenendolo stretto sul polso della mano sinistra e viceversa
- 8 Frictiona il polso sinistro mantenendolo stretto sul polso della mano destra e viceversa
- 9 Frictiona le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 10 Sbrucia accuratamente le mani con l'acqua
- 11 Sciacqua accuratamente le mani con una sabbietta monouso
- 12 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 Frictiona bene le mani palma contro palma
- 4 Frictiona il polso sinistra sopra il dorso destra intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Frictiona il dorso della dita contro il polso appoggiato lateralmente alla mano
- 6 Frictiona le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 7 Frictiona il polso destro mantenendolo stretto sul polso della mano sinistra e viceversa
- 8 Frictiona il polso sinistro mantenendolo stretto sul polso della mano destra e viceversa
- 9 Frictiona le mani palma contro palma avanti e indietro intrecciando le dita delle mani destra e sinistra
- 10 Sbrucia accuratamente le mani con l'acqua
- 11 Sciacqua accuratamente le mani con una sabbietta monouso
- 12 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**