

**Prof. Carlo Tranquilli**  
**Specialista in Igiene e Medicina Preventiva – Igiene del Lavoro**  
**Specialista in Medicina dello Sport**  
**Medico Competente Lega Nazionale Dilettanti - FIGC**

*Centro Studi di Medicina Preventiva*  
*Via Antonio Baiamonti n. 51 – 00195 Roma*  
*Tel 06 3723112*

[carlo.tranquilli@gmail.com](mailto:carlo.tranquilli@gmail.com)  
mobile +39 393 3367721

## **Indicazioni del Medico Competente Coordinatore della Lega Nazionale Dilettanti – FIGC in relazione all'emergenza sanitaria nazionale da diffusione di COVID -19**

*Le precauzioni qui riportate sono relative ad una nuova malattia contagiosa denominata COVID-19 il cui agente patogeno è, in questo momento, molto virulento, in mancanza della disponibilità di una profilassi vaccinale. Per tale motivo occorre **limitare al massimo la circolazione del Virus nell'ambiente**. Tuttavia la malattia ha, nella stragrande maggioranza dei casi un decorso benigno, talora con pochissimi sintomi che possono renderla non distinguibile dalla comune malattia influenzale rispetto alla quale, però, ha un indice di mortalità decisamente più basso. La malattia guarisce quindi, spesso in pochi giorni, senza lasciare segni, nella stragrande maggioranza dei casi ma può dare complicanze anche gravi con maggiore frequenza nelle persone in età avanzata e portatrici di gravi malattie croniche e fortemente debilitanti. Il rigoroso rispetto delle semplici norme di prevenzione riduce in maniera estremamente significativa il rischio individuale di infezione e limita efficacemente la diffusione del virus nell'ambiente. **Comportamenti irrazionali e sbagliati, frutto di paure per lo più immotivate e conseguenti spesso a cattiva informazione veicolata in maniera irresponsabile, per lo più attraverso i social network, da fonti scientificamente inattendibili nuocciono alla salute dei singoli e della collettività.***

Nell'ottica di ottimizzare le misure di prevenzione nei luoghi di lavoro per il personale della Lega Nazionale Dilettanti FIGC relative alla diffusione dell'agente patogeno di COVID-19 si comunica che **devono essere adottate**, da parte di tutto il personale, in maniera tassativa le indicazioni del **Ministero della Salute** e dell'Istituto Superiore di Sanità. In particolare si riporta integralmente il Decalogo messo a punto da queste istituzioni in collaborazione con le principali società scientifiche.

1. Lavati spesso le mani
2. Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
3. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
4. Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci
5. Non prendere farmaci antivirali né antibiotici a meno che siano prescritti dal medico
6. Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol
7. Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o assisti persone malate
8. I prodotti Made in China e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi
9. Contatta il **numero 112** se hai febbre o tosse e pensi di poter essere stato contagiato
10. Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus

Ricordiamo che l'indicazione di **lavarsi le mani ed evitare di toccarsi occhi e mucose** sia di primaria importanza. Le mani devono essere lavate accuratamente con **acqua e sapone**. Lavarsi le mani dopo ogni occasione di contatto con soggetti terzi e con superfici non sicuramente ben pulite. Le mani devono essere lavate anche prima (e dopo ovviamente) di usare il bagno. Le superfici degli ambienti di lavoro devono essere costantemente conservate ben pulite e ben aerate. Occorre porre gli addetti alle pulizie nelle condizioni di eseguire correttamente il compito loro affidato tenendo libere da oggetti le superfici da pulire. Questo vale particolarmente in ambienti con afflusso di diverse persone. Ognuno potrà integrare la pulizia con l'uso di disinfettanti a base di **ipoclorito di sodio** (varecchina) oppure **soluzioni alcoliche al 75%**. Non è assolutamente obbligatorio l'uso di gel alcolici che sono, in questi giorni, difficilmente reperibili e al centro di una forte speculazione commerciale. Tali preparati non offrono particolari vantaggi rispetto ai comuni mezzi di disinfezione indicati.

**Occorre rispettare rigorosamente i provvedimenti e le indicazioni ufficiali delle Autorità di Sanità Pubblica in quanto sono tutela per ogni singola persona e per la collettività.**

**La precauzione generale di non recarsi a lavoro nel caso si sia portatori di una malattia infettiva intercorrente è quanto mai attuale e la mancata osservanza di tale norma generale può essere considerato un fatto molto grave ai fini della salute collettiva. Bisogna porre la massima attenzione a non recarsi a lavoro nel caso compaiano sintomi respiratori (raffreddore, faringite, tracheite ecc.) e/o febbrili anche apparentemente banali e non lasciare il proprio domicilio.** In questo caso il lavoratore dovrà **avvisare il proprio medico curante** (anche per la certificazione di malattia) ed evitare nella maniera più assoluta di recarsi in pronto soccorso o in ambulatori medici pubblici o privati. In caso di necessità occorre rivolgersi al numero unico di soccorso **112** e per informazioni al numero dedicato dal Ministero della Salute **1500**

**Ogni persona che avesse avuto contatti ravvicinati nelle ultime due settimane con persone provenienti da una delle zone sedi di focolai epidemici dovrà immediatamente rimanere presso il proprio domicilio e, oltre a seguire le indicazioni del Ministero della Salute prendendo contatti con il proprio medico curante, dovrà dare immediata comunicazione al preposto per la sicurezza nei luoghi di lavoro e l'informazione dovrà immediatamente essere trasferita al medico competente.**

In via precauzionale, anche al di fuori delle zone a rischio, evitare, nei limiti del possibile, tutte le situazioni che comportino la concentrazione di un elevato numero di persone in un luogo confinato e comunque, rimanere in situazioni che permettano di conservare una distanza dalle persone non inferiore a un metro.

Evitare tutte le trasferte ritenute non essenziali, indispensabili o improcrastinabili con particolare attenzione alle regioni con speciali allerte individuate dalla Protezione Civile Nazionale sulla base delle indicazioni del Ministero della salute e dell'Istituto Superiore di Sanità.

Per quanto attiene la sicurezza nei luoghi di lavoro riferita al personale in servizio nell'ambito delle attività delle squadre o rappresentative nazionali presso sedi temporanee esterne occorre attenersi scrupolosamente alle presenti raccomandazioni anche negli spogliatoi, presso i campi di gara e allenamento e presso locali di soggiorno riservati. **(anche rapportandosi con i medici di squadra addetti alla salute degli atleti che dispongono le procedure per gli stessi e assumono in autonomia responsabilità anche sulla operatività del personale sanitario).**

Particolare attenzione verrà posta alla accurata pulizia degli spogliatoi utilizzando comuni detergenti e disinfettanti a base di ipoclorito di sodio e/o soluzioni idroalcoliche al 75%. Gli spogliatoi devono essere inoltre ben areati. Osservare le corrette procedure di recupero e stoccaggio temporaneo della biancheria e del materiale sportivo sporco.

Il personale impegnato nella struttura organizzativa di eventi sotto la responsabilità della Lega Nazionale Dilettanti dovrà applicare rigorosamente le presenti indicazioni anche in tale ambito.

Occorre inoltre che, nella stesura dei piani di emergenza per gli eventi sportivi e collaterali di competenza della Lega Nazionale Dilettanti il Medico responsabile dei servizi di Assistenza/emergenza che sottoscrive il piano sanitario operativo, adotti e valuti tutte le precauzioni necessarie per le possibili interferenze nelle procedure di ordine sanitario comunque riferibili all'oggetto della presente anche in relazione alla sicurezza di terzi e si rapporti con il Medico Competente

Il Medico Competente dovrà essere costantemente aggiornato su qualsiasi evento riferibile a quanto su esposto.

Le presenti indicazioni del Medico Competente Coordinatore devono essere estese a tutte le sedi della Lega Nazionale Dilettanti e condivise con i Medici Competenti invitati a rapportarsi costantemente con lo stesso e con l'RSPP, anche per il tramite degli RLS e anche per l'assunzione di ulteriori iniziative nel caso di sviluppi successivi considerata la possibile rapida evoluzione della situazione e del quadro normativo di riferimento.

Roma, li 25 Febbraio 2020

Il Medico Competente Coordinatore  
Prof. Carlo Tranquilli

