



# COVID-19 e riapertura delle scuole: suggerimenti e consigli dei medici di famiglia



## SIMG

SOCIETÀ ITALIANA DI  
MEDICINA GENERALE  
E DELLE CURE PRIMARIE



A cura di:

**Claudio Alberto Cricelli**

Presidente S.I.M.G. Società Italiana Medicina Generale

**Alessandro Rossi** Responsabile

Ufficio di Presidenza

della Macro-Area “Patologie Acute” S.I.M.G. e

Segretario Regionale S.I.M.G. Umbria, Terni

**Ignazio Grattagliano**

Segretario Regionale S.I.M.G. Puglia, Bari

**Valeria Zurlo**

Coordinatrice S.I.M.G. Molise

*con la collaborazione di:*

**Luigi Bertinato, Paolo Fortunato D’Ancona,**

Istituto Superiore di Sanità, Roma

*con il patrocinio di:*



## Presentazione

Questa Guida al rientro a scuola affianca e non sostituisce le regole e le disposizioni degli organismi sanitari e scolastici.

Nella logica della cultura digitale essa sarà resa disponibile attraverso tutti i canali di comunicazione ed offerta a chiunque voglia diffonderla citandone la fonte e l'origine.

I suoi contenuti saranno aggiornati ogni volta che sarà necessario.

La Guida nasce nella dimensione che noi Medici conosciamo meglio di tutti. La dimensione della vita quotidiana con le domande, i dubbi, le preoccupazioni, i problemi e le soluzioni, che famiglie, genitori, nonni, studenti pongono ogni giorno al loro Medico di Famiglia.

Abbiamo raccolto queste esperienze preparando una Guida pratica che risponda a queste esigenze ed in maniera rapida ed amichevole ai bisogni di conoscenze e di comportamenti delle famiglie italiane.

La Guida è stata realizzata dalla S.I.M.G. con il forte sostegno delle istituzioni che hanno prodotto i materiali di riferimento ed hanno rivisto il testo suggerendo correzioni ed integrazioni.

L'ISS è il nostro interlocutore Scientifico primario. I documenti e le raccomandazioni nel corso della Pandemia Covid-19 e quelli per il rientro negli Istituti Scolastici di ogni ordine e grado sono stati il riferimento della S.I.M.G..

Il Ministero dell'Istruzione ha sostenuto questa iniziativa ed ha rivisto e corretto le indicazioni del documento offrendo suggerimenti preziosi. Grazie al supporto del Ministero e del Ministro Lucia Azzolina ed alla preziosa collaborazione tecnica dei suoi collaboratori Vincenzo Lifranchi ed Ispettrice Laura Pazienti la Guida è stata rapidamente aggiornata e resa coerente alle norme Ministeriali.

La Società Italiana delle Malattie Infettive e Tropicali, ha fornito il Patrocinio. Con la Simit sin dall'inizio della pandemia abbiamo costruito uno straordinario rapporto di collaborazione scientifica e professionale.

La Fimmg ha sostenuto il progetto ed offerto il proprio patrocinio a testimoniare la comunità di intenti della Medicina Generale Italiana.

## Ringraziamenti

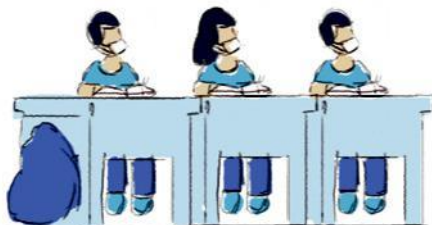
Ringraziamo e siamo riconoscenti al Ministro Roberto Speranza che ci ha testimoniato anche in questa circostanza la sua fiducia e la sua vicinanza ed il suo apprezzamento.

Ringraziamo il Prof. Silvio Brusaferrò, Presidente dell'ISS ed i suoi collaboratori dell'Iss, Luigi Bertinato e Paolo Fortunato D'Ancona per i contributi e gli apporti continui forniti alla Guida.

Ringraziamo oltre agli autori citati, tutti i collaboratori, i Medici della S.I.M.G. e quanti, cittadini, studenti, famiglie e personale della Scuola ci hanno offerto con le loro osservazioni e domande lo spunto per la scrittura di questa Guida.

# COVID-19 e riapertura delle scuole: suggerimenti e consigli dei medici di famiglia

La grande sfida della scuola .....	6
Vademecum a casa .....	12
Vademecum a scuola .....	19
Scenari possibili e comportamenti da adottare .....	24
Note di vademecum università .....	27
Checklist per studenti .....	28
Bibliografia di riferimento .....	29



# LA GRANDE SFIDA DELLA SCUOLA

---

L'epidemia di COVID-19 ha completamente sconvolto l'ordine quotidiano delle attività lavorative, scolastiche, ricreative, religiose, sportive, associative e familiari. In questi giorni l'attenzione è fortemente focalizzata sulla riapertura delle scuole come valido banco di prova per la tenuta del SSN e della società stessa in senso lato, già messe a dura prova durante i mesi primaverili.

Oggi giorno abbiamo tutti, come medici di famiglia, la volontà che i nostri giovani possano ritornare a scuola in completa sicurezza, forti anche di una costante sorveglianza sanitaria che può essere garantita solo con una massima collaborazione tra famiglia, scuola e servizi sanitari.

Questa guida ha l'intento di fornire un supporto alle famiglie, agli studenti e al personale delle scuole di ogni ordine e grado e universitarie con il fine di trovare rapidamente le risposte a comuni ma mai scontate domande, soprattutto con l'approssimarsi della stagione influenzale con cui l'epidemia di COVID-19 condivide molti aspetti.





# COVID-19 e INFLUENZA: trova le differenze

L'influenza ed il COVID-19 sono entrambe malattie contagiose delle vie respiratorie causate però da agenti virali diversi. Poichè molti sintomi sono comuni alle due malattie, può risultare difficile distinguerle basandosi solo sui sintomi e quindi può rendersi necessaria per confermare il sospetto di una o dell'altra l'esecuzione di esami diagnostici diretti (tampone rino-faringeo) o indiretti (ricerca anticorpi circolanti).

Tuttavia, importanti differenze non solo nosografiche ma anche trasmissive e terapeutiche ne permettono la distinzione, anche se molto non è ancora noto sulla malattia da COVID-19.

## INFLUENZA

Virus a RNA dell'Influenza  
(A, B o C)

Molta variabilità (da forme asintomatiche a manifestazioni severe)

- Febbre o sensazione di febbre
- Brividi
- Tosse
- Respiro corto o affannoso
- Stanchezza
- Faringite
- Rinorrea o intasamento nasale
- Mialgie diffuse
- Cefalea
- Vomito e diarrea (più frequenti nei bambini)



Qual è  
la causa?

Quali sono i  
sintomi ed i  
segni più  
frequenti?

## COVID-19

Virus a RNA  
(SARS-CoV-2)

Molta variabilità (da forme asintomatiche a manifestazioni severe)

- Febbre o sensazione di febbre
- Brividi
- Tosse
- Respiro corto o affannoso
- Stanchezza
- Faringite
- Rinorrea o intasamento nasale
- Mialgie diffuse
- Congiuntivite
- Cefalea
- Vomito e diarrea (più frequenti nei bambini)
- Perdita dell'olfatto (anosmia) e del gusto (ageusia)
- Vasculiti periferiche (rare, nei bambini)

Questa lista di sintomi è in continuo aggiornamento con il progresso sulla conoscenza della malattia.

## INFLUENZA

**Bambini:** respiro frequente o affannoso, labbra bluastre o volto cianotico, dolore toracico, mialgie (il bambino si rifiuta di camminare), disidratazione, anuria (ridotta produzione di urine), confusione o torpore, convulsioni, febbre alta (>40°C).

**Adulti:** difficoltà a respirare o respiro corto, dolore toracico o addominale, vertigini, confusione, difficoltà a svegliarsi, convulsioni, anuria, debolezza estrema, febbre o tosse che peggiora, peggioramento delle condizioni croniche di fondo.

I sintomi dell'influenza generalmente compaiono improvvisamente e la malattia può in alcuni casi essere grave fino a portare alla morte. La maggior parte delle persone che si ammalano di influenza recuperano in pochi giorni, al massimo non oltre le 2 settimane. Alcuni, a qualsiasi età, sviluppano complicanze da lievi (es – sinusite, otite) a gravi (es – polmonite, miocardite, encefalite, miosite) a gravissime (sindrome da distress respiratoria acuta, sepsi generalizzata).

I primi sintomi si manifestano da 1 a 4 giorni dopo il contagio.



Quali sono i sintomi d'allarme?

## COVID-19

Difficoltà a respirare o respiro corto, dolore o senso di oppressione toracica, confusione, difficoltà a svegliarsi, convulsioni, anuria (ridotta produzione di urine), febbre o tosse che peggiora, peggioramento delle condizioni croniche di fondo, astenia marcata.

Quali sono le possibili complicanze?

Tra le complicanze gravi della malattia ci sono le trombosi di arterie e vene polmonari, cardiache, cerebrali e periferiche.

Dopo quanto tempo dall'esposizione compaiono i sintomi?

I sintomi compaiono in genere 5 giorni dopo il contagio ma il range varia da 2 a 14 giorni.



## INFLUENZA

Si può essere infettanti già nei giorni precedenti la comparsa dei primi sintomi. Gli adulti sono maggiormente contagiosi nei primi 3- 4 giorni della malattia e in molti restano contagiosi per circa 1 settimana. Il periodo di contagiosità è più lungo per i bambini e per gli immunodepressi.

Si diffonde da persona a persona attraverso il contatto ravvicinato e i droplets (goccioline di saliva) prodotte dai pazienti attraverso il parlare, tossire, starnutire. Queste particelle possono raggiungere bocca, naso, occhi delle persone vicine o essere inalate fino a raggiungere i polmoni. È inoltre possibile infettarsi attraverso stretta di mano o toccando una superficie o un oggetto su cui si sono depositati i droplets e portandosi poi la mano a contatto con bocca, naso, occhi.



Per quanto tempo il paziente è infettante?

Come si diffondono l'influenza e il coronavirus

## COVID-19

DIFFERENZE

Si può essere infettanti già nei giorni precedenti la comparsa dei primi sintomi. Il periodo di contagiosità dei pazienti con COVID-19 è di gran lunga maggiore rispetto all'influenza ma non è stato ancora definito del tutto. È possibile che la diffusione del virus inizi già 2 giorni prima della comparsa dei sintomi e continui per almeno 10 giorni. È inoltre possibile che soggetti asintomatici o ex-sintomatici restino contagiosi per altri 10 giorni dopo essere risultati positivi al test diretto.

Si diffonde come l'influenza. Si pensa che la diffusione del COVID-19 avvenga principalmente e più facilmente per contatto diretto da persona a persona anche da portatori asintomatici; tuttavia le modalità di trasmissione sono ancora in fase di studio incluso anche l'ipotesi che la diffusione possa avvenire per modalità "sostenuta" (passaggio da persona a persona senza interruzione). In senso generale, più stretto e prolungato è il contatto più elevata è la probabilità di infettarsi.



## INFLUENZA

Prendi precauzioni per proteggere gli altri dal contagio:

- Copri naso e bocca con fazzoletto se starnutisci o tossisci, e poi cestinalo
- Lava spesso le mani con acqua e sapone o in alternativa con soluzione alcolica
- Pulisci e disinfetta le superfici potenzialmente contaminate
- Resta a casa fino a quando ti sentirai meglio (almeno 24 ore dopo che sia sfebbrato senza farmaci)



Cosa fare se si hanno sintomi?

## COVID-19

Controlla te stesso e proteggi dal contagio le altre persone in casa e fuori.

Tutti i consigli elencati nel paragrafo dell'influenza sono validi anche nel caso si tratti di COVID-19.

Di seguito verranno dettagliati i consigli da seguire.

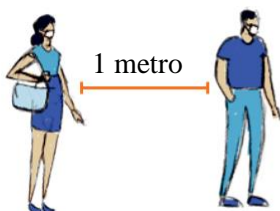
## POCHE DIFFERENZE, TANTE SIMILITUDINI...

**Quali sistemi e metodi di protezione sono consigliati e quali norme di comportamento?**

### PER PREVENIRE:

I seguenti passaggi diminuiscono in effetti la diffusione del virus:

- **Mantenere distanziamento interpersonale** (circa 1 metro). È la misura più importante.
- **Lavarsi le mani spesso** con acqua e sapone o nel caso di indisponibilità con disinfettanti alcolici (70%).
- **Pulire e disinfettare** frequentemente le superfici.
- **Coprire bocca e naso** con mascherina quando in vicinanza di altre persone e sempre quando si è in movimento.



## IN CASO DI CONTAGIO DA SARS-CoV-2

1. **Resta a casa** tranne che per eventuali cure mediche non rimandabili (es – urgenze chirurgiche, ginecologiche, cardiologiche, fratture, ...). La maggior parte dei soggetti infettati ha una malattia lieve e guarisce stando a casa senza cure mediche particolari. Non frequentare luoghi pubblici.
2. **Prenditi cura di te stesso**: resta a letto, idratati, assumi farmaci da banco tipo paracetamolo per sentirti meglio.
3. **Mantieni contatti con il tuo medico**, informalo prima di assumere farmaci e soprattutto se avverti difficoltà nel respiro o compaiono altri sintomi di allarme (respiro affannoso, dolore toracico, confusione, sonnolenza, instabilità nel de-ambulare, cianosi delle labbra e del volto).
4. **Evita** il trasporto pubblico, spostamenti in mezzi privati con altre persone, taxi.
5. **Mantieni le distanze** dai conviventi.
6. **Rimani da solo in una stanza** evitando contatti con altre persone ed animali. Se possibile usa un bagno personale. Indossa mascherina a copertura di naso e bocca in caso di necessario avvicinamento ad altre persone sia in casa che fuori. Non serve indossare la mascherina se sei solo. In mancanza di mascherina o se non è possibile indossarla, mantieni la distanza di 1 metro da altre persone e copri con fazzoletto bocca e naso in caso di tosse o starnuto. (la mascherina medica FFP2 è riservata al personale medico ed ai soccorritori dell'emergenza). Lava di frequente le mani con acqua e sapone o disinfettale con soluzione alcolica. Evita di toccare oggetti e superfici con mani non lavate.
7. **Evita di condividere oggetti personali** incluso piatti, bicchieri, posate, asciugamani, lenzuola che dovranno essere lavati accuratamente.
8. **Pulisci e disinfetta di frequente le superfici di contatto** (incluso telefono, cellulare, tastiere, maniglia della porta e finestra) nella tua stanza e nel bagno usando guanti monouso. Fai fare queste operazioni ad altre persone nei luoghi e stanze condivise.
9. **Pulisci e disinfetta** tutto ciò che viene a contatto con sangue, feci ed altri fluidi corporei.
10. **Fai ventilare** a lungo le stanze dove soggiorni.
11. **Monitora i sintomi** se presenti: febbre, tosse, ecc.
12. **Segui le istruzioni** fornite dal tuo medico e dal dipartimento di prevenzione e informa loro sui sintomi.

Telefona ed evita di andare in studio per parlare con il tuo medico (molti problemi medici possono essere rinviati o gestiti telefonicamente). Questo atteggiamento proteggerà medico, collaboratori ed altri frequentatori dello studio.

# VADEMECUM A CASA

Questa sezione cercherà di fornire chiarimenti ai dubbi più frequenti



La febbre è il solo sintomo sospetto per COVID-19

**FALSO**

Non esiste una sintomatologia tipica, specialmente in età giovanile, ma ogni sintomo di raffreddamento (scolo nasale, starnuti, mal di gola, tosse) associato o meno a temperatura febbrile ( $>37^{\circ}$ ) e/o sintomi generali come dolori muscolari e mal di testa deve essere considerato un COVID-19 potenziale e messo sotto osservazione secondo le procedure descritte. Anche la comparsa di esantemi cutanei in genere accompagnati a febbre necessita di segnalazione al medico.

È possibile ammalarsi contemporaneamente sia di influenza che di COVID-19

**VERO**

Si è possibile; i ricercatori stanno studiando quanto frequente possa essere questa evenienza.

I bambini hanno un rischio di contagio inferiore rispetto agli adulti

**VERO**

Sono segnalati meno casi fra bambini rispetto agli adulti, manifestando anche una sintomatologia più moderata. Tuttavia, da dati riportati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità: bambini e adolescenti fino a 18 anni rappresentano dall'1 al 3% dei casi di contagio. Ulteriori studi sono in corso per stabilire il rischio di infezione nei bambini e il loro grado di trasmissione. È recente una ricerca pubblicata su Nature Medicine che ha sviluppato modelli di trasmissione del Covid-19 in base all'età: bambini e giovani sotto i 20 anni, oltre ad essere molto spesso asintomatici, si stima che abbiano una suscettibilità all'infezione pari a circa la metà rispetto a chi ha più di 20 anni.  
<https://www.nature.com/articles/s41591-020-0962-9>

I bambini hanno un ruolo nella trasmissione del virus

**VERO**

Si, sono in grado di trasmettere il virus. Ad oggi, sono stati riportati pochi focolai all'interno di scuole. Inoltre, considerato che i bambini presentano la malattia in forma lieve o asintomatica, i casi possono spesso decorrere inosservati. Alcuni modelli hanno previsto che la riapertura delle scuole possa generare una più ampia trasmissione dell'infezione nella comunità, tuttavia si è in attesa di ulteriori studi.

I bambini fragili o con patologie croniche (asma, diabete...) possono andare a

**VERO**

Si, ma la frequenza a scuola per un bambino o un operatore scolastico dipenderà dalle sue condizioni di salute. Le attuali evidenze suggeriscono che la presenza di patologie croniche sottostanti (respiratorie, obesità, diabete, cancro) comporti l'ingresso alle categorie a più alto rischio di sviluppare la patologia con maggiore severità. Queste condizioni devono essere certificate dal medico competente. Sembra che tali considerazioni siano valide anche per i bambini, ma sono ancora necessari ulteriori studi. In ogni caso, anche in presenza di benessere psicofisico, è consigliabile prestare maggiore attenzione alle precauzioni e al distanziamento sociale.

Il periodo di incubazione è più breve nei bambini

**FALSO**

Il periodo d'incubazione nei bambini è lo stesso degli adulti: comunemente i sintomi compaiono dopo 5-6 giorni dall'infezione fino a 14 giorni.

È consigliato vaccinare i bambini e i ragazzi

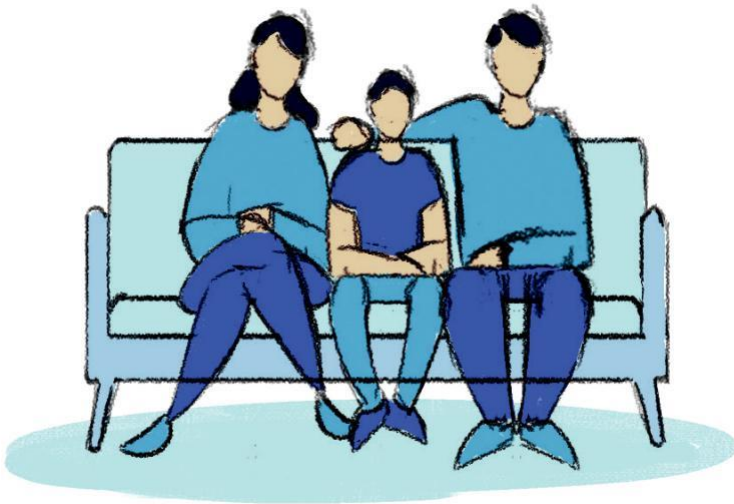
**VERO**

Si consiglia la lettura di questo documento:  
[https://www.simg.it/documenti/Opuscolo\\_Vaccini/Opuscolo.pdf](https://www.simg.it/documenti/Opuscolo_Vaccini/Opuscolo.pdf)

**Il vicino di casa ha il  
COVID -19. Siamo  
tutti a rischio**

Il rischio di essere contagiati sussiste solo se si rientra nei parametri del "contatto stretto":

- persona che vive nella stessa casa di un caso di COVID-19
- persona che ha avuto un contatto fisico diretto con un caso di COVID-19 (es. stretta di mano)
- persona che ha avuto un contatto diretto non protetto con le secrezioni di un caso di COVID-19 (es - toccare a mani nude fazzo-letti di carta usati)
- persona che ha avuto un contatto diretto (faccia a faccia, sala riunioni, ospedale) con un caso di COVID-19, a distanza minore di 1 metro e di durata maggiore a 15 minuti e senza protezioni



## COSA FARE? COSA NON FARE?

In questa sezione vengono forniti consigli e suggerimenti organizzativi e gestionali



### COSA FARE



### COSA NON FARE

Cosa posso fare per prevenire che mio figlio si contagi?

Scaricare l'App Immuni  
Indossare le mascherine fornite dalla scuola anche nel tragitto casa-scuola e viceversa  
Educarlo a tossire o starnutire con sicurezza nella piega del gomito o con viso coperto

Assembramenti (feste di compleanno ecc.) senza distanziamento e precauzioni

Quali controlli devo effettuare per vigilare sulla salute di mio figlio e delle altre persone?

Misurare la temperatura ogni mattina prima di recarsi a scuola  
Evitare che vada a scuola in presenza di febbre o sintomi sospetti

Consentirgli di recarsi a scuola nonostante la presenza di malessere o febbre

Mio figlio ha sintomi sospetti

Contattare il Medico di Medicina Generale/ Pediatra di Libera Scelta (MMG/PLS) e concordare la comunicazione all'Istituto scolastico  
Tenerlo in casa

Consentirgli di uscire o avere contatti in luoghi affollati

Non posso accompagnare mio figlio a scuola

Cercare il passaggio sicuro con altro genitore

Far accompagnare/prelevare da scuola i bambini/ragazzi da parte di soggetti anziani (es - nonni) o soggetti fragili



