



La malattia di coronavirus (COVID-19): come prendersi cura di una persona con il COVID-19 a casa - Dei consigli per i badanti

Se vi state prendendo cura di una persona a cui è stato diagnosticato il COVID-19, seguite questi consigli per proteggere voi stessi e gli altri a casa, così come i cittadini della vostra comunità.

Limitare il contatto

- Solo una persona in buona salute dovrebbe fornire l'assistenza.
- Non condividere degli oggetti personali con la persona malata, come spazzolini da denti, asciugamani, lenzuola, utensili da cucina o dispositivi elettronici.
- Se possibile, usare un bagno separato dalla persona malata.
 - Se non è possibile, la persona malata dovrebbe abbassare il coperchio del gabinetto prima di tirare lo sciacquone.
- Alcune persone possono trasmettere il COVID-19 anche se non mostrano alcun sintomo. **Indossare una [mascherina](#), inclusa una [mascherina non medica o una copertura per il viso](#) (cioè [costruita per coprire completamente il naso e la bocca senza spazi vuoti](#), e [fissata alla testa da legami o passanti per le orecchie](#))** la quale può aiutare a proteggere gli altri intorno a voi.
- Prevenire il contatto con gli animali, poiché sono stati segnalati diversi casi di persone che hanno trasmesso il COVID-19 ai loro animali domestici.

Come proteggersi dal Covid-19

- Se possibile, le persone a rischio più elevato di contrarre il COVID-19 non dovrebbero prendersi cura di qualcuno con il virus.
 - Queste persone includono gli anziani, persone con patologie croniche (ad esempio malattie cardiache, diabete) o sistemi immunitari compromessi.
- Se è necessario trovarsi a meno di 2 metri dalla persona malata, indossare dispositivi di protezione personali, tra cui:
 - una [mascherina](#) medica
 - guanti monouso
 - [protezione per gli occhi](#)
- Indossare guanti monouso quando si tocca la persona malata, il suo ambiente e gli oggetti o le superfici sporchi.
- Evitare di riutilizzare mascherine o guanti medici.
- Pulire spesso le mani per almeno 20 secondi, soprattutto dopo il contatto con la persona malata e dopo aver rimosso gli guanti, le maschere e le protezioni per gli occhi.
- Asciugarsi le mani con asciugamani di carta usa e getta.
 - Se non disponibile, utilizzare un asciugamano riutilizzabile e sostituirlo dopo che si è bagnato.





- Si può anche rimuovere lo sporco con un panno umido e quindi usare un disinfettante **per mani a base di alcool contenente almeno il 60% di alcool**.
- Evitare di toccare gli occhi, il naso e la bocca con le mani non lavate.

L'indossamento delle mascherine

- Si raccomandano [mascherine](#) mediche per i pazienti COVID-19 a casa e per la protezione di coloro che forniscono assistenza diretta ai pazienti di COVID-19 a casa.
- I respiratori N95 devono essere riservati agli operatori sanitari e non devono essere utilizzati dai badanti che prestano la assistenza domiciliare ai malati.
- Se le mascherine mediche non sono disponibili, [le maschere non mediche o le coperture facciali](#) (ovvero, realizzate con almeno due strati di tessuto a trama fitta, [costruite](#) per coprire completamente naso e bocca senza spazi aperti e fissata alla testa con lacci o anelli per le orecchie) possono essere indossate dalla persona malata, se tollerabile. Ciò coprirà la bocca e il naso e potrebbe impedire alle goccioline respiratorie di contaminare gli altri o di atterrare sulle superfici.
- [Una mascherina non medica o un rivestimento per il viso](#) possono anche essere indossati da coloro che forniscono assistenza diretta ai pazienti di COVID-19 a casa. Tuttavia, indossare una mascherina non medica o una copertura facciale nella comunità [non ha dimostrato di proteggere la persona](#) che la indossa.
- Rigorose misure igieniche e di salute pubblica, tra cui frequenti lavaggi delle mani e mantenimento di una distanza fisica di almeno 2 metri dalla persona malata, ridurranno la possibilità di essere esposti al virus.
- Le mascherine di stoffa non mediche devono essere accuratamente rimosse se sporche o umide, lavate in acqua calda e poi asciugate accuratamente.
- Le mani devono essere pulite prima e dopo aver indossato e rimosso una maschera.

Mantenere il vostro ambiente pulito

- Mettere le mascherine mediche usate, i guanti e altri oggetti contaminati in un contenitore foderato, fissare il contenuto e smaltirli insieme agli altri rifiuti domestici.
- Collocare il bucato eventualmente contaminato, comprese maschere di stoffa non mediche e rivestimenti facciali, in un contenitore con una fodera di plastica e non agitare.
 - Lavare con sapone normale per bucato e acqua calda (60-90 ° C) e asciugare bene.
 - Indumenti, biancheria e mascherine di stoffa non mediche e rivestimenti per il viso di persone malate possono essere lavati con altra biancheria.
- Almeno una volta al giorno, pulire e disinfettare le superfici che le persone toccano spesso, come servizi igienici, contenitori per biancheria, comodini, maniglie delle porte, telefoni e telecomandi della televisione.
- [Utilizzare solo disinfettanti per superfici dure approvati](#) con un numero di identificazione del farmaco (DIN). Un DIN è un numero di 8 cifre fornito da Health Canada che conferma che il prodotto disinfettante è approvato e sicuro per l'uso in Canada.
- Se non sono disponibili disinfettanti per le superfici dure approvati, per la disinfezione domestica è possibile preparare una soluzione di candeggina diluita secondo le istruzioni sull'etichetta o in un rapporto di 5 millilitri (ml) di candeggina per 250 ml



di acqua o 20 ml di candeggina per litro d'acqua. Questo rapporto si basa sulla candeggina contenente ipoclorito di sodio al 5%, per fornire una soluzione di ipoclorito di sodio allo 0,1%. Seguire le istruzioni per [la corretta manipolazione della candeggina \(cloro\) per uso domestico](#).

- Se sono in grado di resistere all'uso di liquidi per la disinfezione, i dispositivi elettronici high-touch (ad esempio tastiere, tablet, smartboard) possono essere disinfettati con alcol al 70% (ad esempio salviettine imbevute di alcool) almeno quotidianamente.

Monitorarsi per i sintomi

- Se avete sempre usato le precauzioni raccomandate, monitorarsi i sintomi per 14 giorni dopo l'ultimo contatto ravvicinato con la persona malata.
- [Mettersi in quarantena \(autoisolamento\)](#) a casa per 14 giorni dall'ultima esposizione al virus e contattare [l'autorità sanitaria pubblica locale](#) se non avete sintomi ma avete:
 - curato una persona che ha il COVID-19 senza i dispositivi di protezione individuale raccomandati
 - vissuto o avuto un contatto fisico stretto (ad esempio partner intimo) senza utilizzare i dispositivi di protezione individuale raccomandati
 - vissuto con o avete avuto un contatto ravvicinato regolare (entro 2 metri) con una persona che ha il COVID-19 fino a 48 ore prima dell'insorgenza dei sintomi o mentre erano sintomatici e non isolanti
 - avete avuto un contatto diretto con i fluidi corporei di una persona con il COVID-19 (ad esempio tosse o starnuti) senza i dispositivi di protezione individuale raccomandati

Se iniziate a sviluppare i sintomi, siete pregati di [isolarvi](#) il più rapidamente possibile e contattare [l'autorità sanitaria pubblica locale](#) per ulteriori istruzioni.

Mantenere questi rifornimenti

- [Mascherine](#) mediche se disponibili o [mascherine non medica o rivestimento del viso](#)
- Protezione degli occhi (visiera o occhiali protettivi) per l'uso da parte del personale sanitario
- Guanti monouso (non riutilizzare) per l'uso da parte del badante
- Asciugamani di carta usa e getta
- Fazzolettini di carta
- Contenitore per rifiuti con rivestimento in plastica
- Termometro
- Farmaci da banco per ridurre la febbre (ad esempio ibuprofene o paracetamolo)
- Acqua corrente
- Sapone per le mani



- Disinfettante per le mani a base di alcool contenente almeno il 60% di alcool
- Detersivo per i piatti
- Sapone da bucato normale
- Prodotti per la pulizia della casa regolari
- Detergente/disinfettante di un solo passaggio
- Disinfettante per superfici dure o, se non disponibile, candeggina liquida concentrata (al 5%) e un contenitore separato per la diluizione
- Salviette preparate con alcool o prodotti per la pulizia adeguati per l'elettronica high-touch

Tutti possiamo fare la nostra parte per prevenire la diffusione di COVID-19.

Per maggiori informazioni sul coronavirus:

- 1-833-784-4397
Numero verde: [1-833-784-4397](tel:1-833-784-4397)
- canada.ca/coronavirus

ID 04-04-01 / DATE 2020.06.01