Covid-19 Fase 2: norme di comportamento per studenti e personale esterno

C006_S rev. 01 del 27.05.2020

La diffusione del COVID-19 dipende dai comportamenti di ciascuno di noi!

- Se hai febbre oltre i 37,5°C: **devi restare a casa!**
- Se hai sintomi respiratori (raffreddore, tosse, ecc): **devi restare a casa!**
- Se convivi con qualcuno che ha sintomi influenzali (febbre, raffreddore, tosse, ecc.): **devi restare a casa!**
- Se quello che devi fare puoi farlo da casa: **devi restare a casa!**
- Se hai avuto contatti negli ultimi 14 giorni con persone positive al virus: **devi restare a casa!**

Se non ricorrono i casi di cui sopra, e devi accedere agli spazi di Sapienza, adotta scrupolosamente le seguenti misure di prevenzione e protezione:

- ✓ **disinfetta le mani all'ingresso** negli Edifici Sapienza con i disinfettanti messi a disposizione, e lava frequentemente le mani usando acqua e sapone per 40 secondi, se non è disponibile il sapone usa soluzioni idroalcoliche;
- ✓ **limita la permanenza** nei locali Sapienza al tempo strettamente necessario allo svolgimento delle attività che devono essere effettuate necessariamente in presenza;
- ✓ **limita le attività in compresenza** ai soli casi in cui la compresenza è assolutamente necessaria;
- ✓ **evita i contatti stretti e prolungati** con persone durante le attività, e tieni una distanza di almeno 1 metro, ove possibile, per maggior cautela, di 2 metri;
- ✓ **mantieni in ogni contatto sociale** una **distanza interpersonale di almeno due metri**, evita abbracci, strette di mano e contatti fisici diretti con ogni persona;
- ✓ **evita di toccarti** occhi, naso o bocca con le mani non lavate;
- ✓ **copri la bocca e il naso con l'incavo del gomito o con un fazzoletto** quando tossisci e/o starnutisci, evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie;
- ✓ **getta i fazzolettini** nel contenitore dell'indifferenziato una volta utilizzati e, **lava subito dopo le mani**;
- ✓ poni particolare attenzione **all'igiene delle superfici**;
- ✓ **evita** l'uso promiscuo di **bottiglie** e **bicchieri**;
- ✓ **usa la mascherina** se hai sintomi respiratori anche lievi (ad es. allergie) o se assisti persone malate, e se devi recarti in locali chiusi accessibili al pubblico;
- ✓ **avverti il personale Sapienza**, se durante la permanenza in Sapienza dovessero insorgere dei sintomi influenzali o respiratori; in questo caso indossa una mascherina e mantieni le distanze dai presenti, mentre avviene il necessario coordinamento con l'autorità sanitaria;
- ✓ **rispetta la cartellonistica di sicurezza** ed i percorsi di ingresso ed uscita indicati;
- ✓ **rispetta tutte le regole definite dalle autorità competenti** per l'emergenza COVID-19;

- ✓ **non prendere farmaci antivirali ed antibiotici**, a meno che non siano prescritti dal medico.

Spazi comuni

È necessario porre particolare attenzione all'accesso agli spazi comuni (zone ristoro, spogliatoi, ecc.).
In questi spazi è necessario regolamentare gli accessi per evitare la compresenza di più persone, e più in generale gli assembramenti e situazioni che non permettano il mantenimento delle previste distanze interpersonali.
Il tempo di permanenza in questi locali deve essere ridotto al minimo.

Tutti gli utenti devono rispettare le misure di salute e sicurezza previste.

Corridoi, scalinate, ascensori, atri e zone di passaggio

È necessario rispettare le distanze interpersonali e tutte le misure contenute nel presente documento durante l'utilizzo di corridoi, scalinate, atri e altre zone di passaggio.

Nell'ingombro di corridoi, scale e luoghi angusti è lasciata la responsabilità di ciascuno di utilizzarli in maniera scaglionata, attendendo, prima di utilizzarli, che siano sgombri.
Qualora non sia fisicamente possibile evitare di ridurre la distanza interpersonale, durante la percorrenza di atri e corridoi, bisogna avere cura di ridurre al minimo il tempo di vicinanza, evitando di direzionare il volto verso la persona a cui ci si avvicina.
È responsabilità di ciascuno applicare le misure sopra descritte.

Gli ascensori, da utilizzare solo in caso di effettiva necessità, devono essere preferibilmente utilizzati da una persona alla volta, e in ogni caso riducendo il numero degli occupanti al fine di rispettare la distanza interpersonale minima di 2 metri, anche in fase di ingresso e di uscita dagli stessi.

Mascherine
Le mascherine devono essere utilizzate, oltre che da coloro che presentano sintomi anche lievi di infezione delle vie respiratorie (ad es. raffreddore o tosse), anche da coloro che effettuano attività indifferibili da effettuare necessariamente in presenza nel caso in cui non sia possibile in maniera certa rispettare la distanza interpersonale di 2 metri, tenendo conto che nei locali chiusi aperti al pubblico, è obbligatorio l'uso delle mascherine chirurgiche ai sensi dell'art. 3 comma 2 del DPCM 26 Aprile 2020.

Si precisa che la distanza di 2 mt è una misura di maggior prudenza che si ritiene appropriato adottare rispetto alle attuali indicazioni normative di distanza interpersonale minima di 1 metro.

Di norma la mascherina dovrà essere sostituita giornalmente. Nel caso in cui si bagni o si danneggi, deve essere sostituita tempestivamente.

La mascherina utilizzata da soggetti presumibilmente sani deve essere smaltita nei rifiuti indifferenziati, dopo essere stata inserita in un doppio sacchetto impermeabile, avendo cura di lavare accuratamente le mani dopo averla maneggiata ed allontanata.

Per attività di carattere assolutamente eccezionale durante le quali non sia possibile garantire il rispetto di una distanza interpersonale minima di 1 metro, è necessario utilizzare le mascherine di tipo FFP2.

Guanti

Il lavaggio frequente delle mani con acqua e sapone, oppure in alternativa con soluzioni idroalcoliche, rappresenta sicuramente la misura più efficace per il controllo del rischio di contagio per COVID-19.

L'utilizzo dei guanti non sostituisce in alcun modo la pratica di lavaggio frequente delle mani con sapone, secondo le modalità già riportate sui documenti disponibili sulla pagina web dedicata a COVID-19.

Qualora utilizzati, i guanti devono essere sfilati avendo cura di non entrare in contatto con la parte esterna, e devono essere smaltiti nei rifiuti indifferenziati, dopo essere stati inseriti in un doppio sacchetto impermeabile, avendo cura di lavare accuratamente le mani dopo averli maneggiati ed allontanati.

Soluzioni disinfettanti

Si premette che il lavaggio delle mani con il sapone, secondo le modalità indicate dal Ministero della Salute è pratica indispensabile ed efficace per contrastare il contagio.
L'utilizzo di soluzioni disinfettanti, ove le disponibilità siano scarse, è da riservare a situazioni in cui non sia possibile lavarsi le mani con il sapone.