

Linee guida per la risposta preventiva alle epidemie individuale, comunitaria e governativa – Versione 3

Chen Shen and Yaneer Bar-Yam
New England Complex Systems Institute
March 2, 2020

L'epidemia di Coronavirus originata a Wuhan ha prodotto circa il 20% di casi gravi e il 2% di morti. Il periodo tipico di incubazione è 3 giorni, ma potrebbe arrivare a 14 e ci sono report di 24 e 27 giorni. E' altamente contagioso con un aumento giornaliero del 50% per i nuovi casi (il rateo di infezione R_0 è circa 3-4) a meno di attuare interventi straordinari. Se diventasse una pandemia o un'endemia diffusa, cambierà le vite di chiunque nel mondo. E' imperativo agire per arginare e bloccare l'epidemia e non accettare la sua diffusione. Formiamo queste linee guida per l'azione individuale, comunitaria e governativa.

LINEE GUIDA INDIVIDUALI E COMUNITARIE

- Assumi la responsabilità per la tua salute e condividi la responsabilità per la salute del tuo vicinato con consapevolezza e disciplina
- Pratica il distanziamento sociale
- Evita di toccare superfici in pubblico o in spazi condivisi
- Evita i raduni di gruppo
- Evita il contatto diretto con gli altri, lava le mani regolarmente, e indossa mascherine quando sei a stretto contatto con altri che potrebbero essere infetti
- Copri i colpi di tosse e gli starnuti
- Controlla la temperatura corporea o altri primi sintomi dell'infezione (tosse, starnuti, naso gocciolante, mal di gola)
- Mettiti in quarantena se hai i primi sintomi
- Se i sintomi continuano a svilupparsi, organizzati per essere trasportato in sicurezza ad una struttura medica, secondo le raccomandazione governative
- Collabora con gli altri per creare zone sicure / comunità sicure. Discuti riguardo alla sicurezza con famiglia e amici, parla delle linee guida di sicurezza, informati su chi segue le linee guida di sicurezza, stabilisci regole comuni, fai seguito e condividi con ciascun altro i bisogni, le preoccupazioni e le opportunità
- Sii critico sulle voci e non diffondere disinformazione

LINEE GUIDA COMUNITARIE E GOVERNATIVE

- Organizzate controlli dei sintomi ai confini in prossimità con comunità o paesi con infezioni in corso
- Mettere i quarantena per 14 giorni le persone a rischio che entrano in aree non infette
- In aree ad alto rischio, coordinate le squadre di quartiere per il monitoraggio comunitario porta a porta dei sintomi utilizzando termometri a infrarossi e dispositivi di protezione personale (PPEs)
- Se squadre di quartiere che vanno porta a porta dovrebbero anche identificare individui che hanno bisogno di servizi di assistenza

LINEE GUIDA GOVERNATIVE

- Preparazione in anticipo di risorse strategiche come maschere, PPEs (dispositivi di protezione personale), kit per il test e definizione di linee di distribuzione
- Identificare aree con infezione confermata o sospetta
- Bloccare trasporti non essenziali tra aree infette e non infette
- Isolare e curare persone con infezione sospetta e confermata separatamente in edifici dedicati con risorse mediche adeguate, inclusi i dispositivi di protezione personale (PPE)
- Le persone con sintomi dovrebbero utilizzare processi speciali per essere trasportati a presso strutture mediche dedicate ai test, evitando il trasporto pubblico ed i taxi
- Mettere in quarantena e testare tutti i casi sospetti nelle vicinanze dei casi confermati
- Sensibilizzazione dell'opinione pubblica:
 - sintomi tipici e possibili veicoli di trasmissione
 - sottolineare l'alto rateo di contagio e la sintomaticità lieve al fine di incoraggiare le persone a cercare assistenza sanitaria
 - promuovere una migliore igiene personale, incluso lavarsi spesso le mani, indossare maschere in aree pubbliche ed evitare il contatto tra le persone
- Bandire i raduni collettivi
- Prestare speciale attenzione e monitorare la salute delle persone che entrano ed escono da edifici confinati ad alta densità come prigioni, edifici sanitari, case di riposo e riabilitazione, case di cura, comunità di pensionati, dormitori e hotel
- Promozione delle responsabilità sanitarie nelle aree infettate
- In ogni quartiere/comunità, selezionare un gruppo di persone il cui lavoro quotidiano richieda un frequente contatto umano. Monitorare quotidianamente le loro condizione per aiutare ad individuare infezioni e prevenire contagio
- Impegnarsi nella comunicazione e distribuzione di risorse nelle aree remote
- Coordinamento con le comunità internazionali e con l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) per condividere informazioni riguardo all'identificazione dei casi, la cronologia dei viaggi dei pazienti, le cure, le strategie di prevenzione, e la scarsità delle forniture mediche
- Pianificare la cura di pazienti con sintomi simili, ma che non sono infettati dal COVID-19
- In aree con contagio in corso:
 - Chiudere luoghi di culto, università, scuole e aziende
 - Limitare le persone alla permanenza nelle case e fornire assistenza per consegnare i beni essenziali senza contatto
 - Ricercare porta a porta persone con i primi sintomi e bisogni di servizi, con le precauzioni PPE necessarie e coinvolgendo la comunità nell'impegno