



Consigli per le persone affette da COVID-19 (Coronavirus) nella comunità e i contatti stretti

V1. 25/09/2020

Il presente volantino ha scopo informativo sul COVID-19. Il COVID-19 è una nuova malattia causata da un virus chiamato Coronavirus. È diffuso in tutte le parti del mondo e certe persone possono esserne colpite in modo molto grave. Il COVID-19 può causare tosse e febbre alta. Può rendere difficoltosa la respirazione e causare la perdita di olfatto o gusto. La maggior parte delle persone affette dal COVID-19 non si ammalano in modo grave. Alcune persone restano in un buono stato di salute e non manifestano neppure i sintomi. Possono anche non rendersi conto di avere il COVID-19.

Le persone affette dal COVID-19, tuttavia, pur non manifestando alcun sintomo possono contagiare altre persone. Una persona affetta da COVID-19 viene definita un "**caso**". Le persone a contatto stretto con un caso (soprattutto chi vive nella stessa abitazione) sono definite un "**contatto**". I contatti sono a rischio di contagio da COVID-19 e possono sviluppare la malattia.

Risorse online tradotte nelle varie lingue - qui troverete supporto e consigli relativi al COVID-19 nella vostra lingua

NASC - Centro per i diritti dei migranti e dei rifugiati

- [Servizio mondiale per il COVID-19](#) (video informativi in diverse lingue)
- [Servizio mondiale per il COVID-19 in Twitter](#)

HSE - Health Service Executive, servizio sanitario pubblico irlandese

[Traduzione di risorse online sul COVID-19](#) (informazioni in diverse lingue)

HPSC - Health Protection Surveillance Centre, Centro per la sorveglianza della salute

- [Informazioni e risorse multilingue sul COVID-19](#)

Se avete il COVID-19

- Ciò significa che sarete risultati **POSITIVI** al test per il COVID-19
- **Sarà necessario che vi mettiate in isolamento per 10 giorni dal giorno in cui avrete accusato i primi sintomi**; gli ultimi 5 giorni di isolamento devono essere senza febbre.
- Se non accusate alcun sintomo, sarà necessario che vi mettiate in isolamento per 10 giorni dal giorno in cui avete effettuato il test. L'autoisolamento **impone** di **stare in casa in una stanza separata ed evitare il contatto con altre persone**.
- Se iniziate a sentirvi male, soprattutto se avete difficoltà respiratorie, chiamate immediatamente il vostro medico.
- Se state molto male, telefonate ai servizi di emergenza al 112 o al 999.
- Restate in una stanza separata, se possibile con una finestra che si possa aprire.
- Lavatevi spesso le mani con acqua e sapone, o pulitele con un gel mani.
- Copritevi naso e bocca con un fazzoletto o con il gomito della manica quando starnutite o tossite.
- Non condividete con altri i vostri oggetti personali.
- Non invitate ospiti a casa.
- **L'HSE telefona a chiunque risulti positivo al test per il Coronavirus.**
- **Il loro compito è guidarvi su cosa fare.**
- **Inoltre, risponderanno a tutte le vostre domande.**

Se siete un CONTATTO COVID-19

- Questo implica che siete venuti a **stretto contatto** con una persona affetta da COVID-19
- **Sarà necessario limitare i vostri spostamenti, stare a casa ed evitare il più possibile il contatto con altre persone per 14 giorni a partire dall'ultima volta in cui siete stati in contatto con la persona affetta da COVID-19.**
- Vi chiederemo di sottoporvi a un test COVID-19 che organizzeremo per voi. Sarà necessario che limitiate gli spostamenti per tutti i 14 giorni **anche nel caso in cui il test sia negativo, cioè che dica che non avete il COVID-19**. Vi contatteremo noi per comunicarvi il da farsi.

- Ogni giorno vi invieremo un messaggio per ricordarvi di stare a casa e per controllare se abbiate sviluppato sintomi di COVID-19.
- Lavatevi spesso le mani con acqua e sapone, o pulitele con un gel mani.
- Copritevi naso e bocca con un fazzoletto o con il gomito della manica quando starnutite o tossite.
- Fate attenzione all'insorgenza di uno di questi sintomi:
 - Un nuovo tipo di tosse
 - Fiato corto
 - Difficoltà respiratorie
 - Febbre alta (da 38°C in su)
 - Naso che cola
 - Mal di gola
 - Perdita di gusto
 - Perdita di olfatto
 - Altri sintomi più leggeri come mal di gola e naso che cola
- Se iniziate a sentirvi male, mettetevi in una stanza separata e auto-isolatevi. Chiamate immediatamente il vostro medico spiegando che siete un contatto stretto di un caso positivo di COVID-19. Il vostro medico vi indicherà cosa fare.
- Se state molto male, soprattutto se avete difficoltà respiratorie, chiamate i servizi di emergenza al 112 o 999. Comunicate loro che siete stati identificati come contatto stretto di un caso positivo di COVID-19.

Per ulteriori suggerimenti e consigli nella vostra lingua potete consultare i siti web ai link riportati nella prima pagina di questo documento. Tali consigli vi aiuteranno a prendervi cura di voi stessi, della vostra famiglia e delle persone che vivono con voi.