



*Cor. P.M.*  
003656

*Ministero del Lavoro, della Salute  
e delle Politiche Sociali*

Dipartimento della Prevenzione e della Comunicazione  
Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria  
Ufficio III

Ministero della Salute  
DGPREV

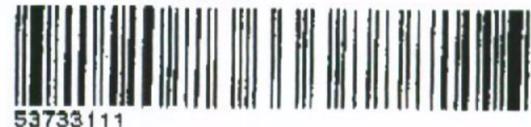
Prot. DGPREV.III/

0050255-P-06/11/2009

I.4.c.a.9

**AI CONI**

Largo Lauro De Bosis, 15  
00194 - Roma



**e, per conoscenza**

Assessorati alla Sanità delle Regioni  
A Statuto ordinario e speciale e delle  
Province Autonome di Trento e Bolzano  
Loro sedi

Regione Lombardia  
Sanità  
RICEVUTA  
09/11/2009 10.02  
Il dirigente: F. Lopedato

Coordinamento Interregionale Prevenzione  
via Taddeo Alderotti 26/n,  
Firenze

All'Ufficio di Gabinetto  
SEDE

**OGGETTO: RACCOMANDAZIONI "AD INTERIM" PER LA RIDUZIONE DEL RISCHIO DI INFEZIONI DA VIRUS INFLUENZALI IN CENTRI SPORTIVI**

**INTRODUZIONE**

Il virus dell'influenza pandemica AH1N1v (v sta per variante) è un virus influenzale del tipo A che ha cominciato a circolare nella primavera del 2009, diffondendosi in maniera rapidissima dagli originari focolai di infezione del Messico e degli Stati Uniti d'America alla maggior parte dei Paesi del mondo, determinando una vera e propria pandemia influenzale. Questo documento si propone di fornire raccomandazioni sulle modalità più appropriate per ridurre nei centri sportivi il rischio di infezione da virus influenzali, compresi quelli della nuova influenza da virus AH1N1v: le raccomandazioni sono basate sulle conoscenze scientifiche attualmente **disponibili.**

Regione Lombardia - Giunta  
SANITA'  
09/11/2009 10:22  
Arrivo 09/11/2009 10:02  
H1.2009.0039100

## L'INFLUENZA PANDEMICA AH1N1

I sintomi dell'influenza comprendono generalmente febbre, accompagnata almeno da tosse e mal di gola; possono manifestarsi anche altri sintomi quali mal di testa, debolezza, malessere generale, raffreddore e costipazione, dolori muscolari e articolari, brividi, vomito e diarrea. Questo complesso di sintomi viene solitamente descritto come sindrome simil-influenzale (ILI) e caratterizza sia le infezioni da virus influenzali stagionali che da virus AH1N1.

Come l'influenza stagionale, anche la nuova influenza da virus AH1N1v può presentarsi con forme di gravità variabile, da molto lievi a gravi. Nelle forme gravi possono insorgere complicazioni come polmoniti ed insufficienza respiratoria; possono verificarsi casi mortali, come del resto accade anche in caso di infezione da virus influenzali stagionali.

Il tasso di letalità della nuova influenza H1N1v è dell'1,3% a livello globale mentre nei Paesi dell'Unione Europea e dell'EFTA è attualmente dello 0,4 (Dati OMS); i dati relativi alla letalità dell'influenza da AH1N1 vanno interpretati con estrema cautela, in quanto ormai non esiste più l'obbligo di segnalazione di tutti i casi confermati; ne consegue che il numero reale dei casi di malattia è di gran lunga superiore ai dati ufficiali mentre i dati relativi ai decessi è probabilmente più aderente alla realtà, dato che questi vengono notificati con maggiore puntualità.

E' comunque possibile affermare che al momento la letalità dell'Influenza da AH1N1 è inferiore a quella della normale influenza stagionale.

Il Virus dell'influenza pandemica AH1N1v si diffonde, dalle persone malate ai sani nello stesso modo dei virus dell'influenza stagionale, ovvero:

- **per via diretta:** attraverso le goccioline di secrezioni respiratorie e di saliva emesse con la tosse, lo starnuto.
- **per via indiretta:** attraverso le mani, che vengono in contatto con oggetti e superfici contaminate da secrezioni di persone infette (maniglie, corrimani, piani di tavoli e banchi di lavoro, rubinetti, attrezzature sportive, etc...) e poi portando le mani non lavate agli occhi, al naso o alla bocca.

Le persone con influenza sono già contagiose durante le ultimissime fasi del periodo di incubazione, nelle ore che precedono la manifestazione dei sintomi. Una persona adulta può trasmettere in modo efficiente il virus da un giorno prima dell'inizio dei sintomi fino a sette giorni dopo. I bambini, soprattutto quelli più piccoli, possono invece rimanere contagiosi più a lungo.

## **RACCOMANDAZIONI SU PREVENZIONE E CONTROLLO DELL'INFLUENZA NEI CENTRI SPORTIVI**

I centri sportivi per bambini, ragazzi o adulti presentano modalità di frequentazione variabili ma che in genere presuppongono la condivisione di ambienti quali spogliatoi, servizi igienici, docce, sale fitness, palestre, campi da gioco indoor.

Il rischio di trasmissione dell'influenza (pandemica o stagionale) nei centri sportivi è in gran parte condizionato dalla condivisione di spazi in ambienti confinati e da attività che espongono a contatti ravvicinati (giochi di squadra).

In ogni caso, in qualsiasi luogo di aggregazione è fondamentale il rispetto di elementari norme igieniche quali l'igiene delle mani e l'adozione di comportamenti di buona educazione igienica, per limitare le occasioni di contagio attraverso starnuti o colpi di tosse.

Nel presente documento sono contenute raccomandazioni di ordine generale, applicabili a qualsiasi tipo di centro sportivo.

Gli strumenti principali per ridurre la diffusione dell'influenza nei centri sportivi consistono:

- nella tempestiva individuazione di frequentatori e membri del personale malati;
- nell'astensione dalla frequenza del centro sportivo in caso di sintomatologia sospetta fino a completa risoluzione di questa per almeno 24-48 ore, in assenza di terapia sintomatica ed antipiretica;
- nell'adesione a basilari norme di igiene personale ed etichetta respiratoria, in controlli ambientali che favoriscano l'applicazione ed il rispetto di misure di prevenzione e pratiche igieniche appropriate.

### **IGIENE PERSONALE ED ETICHETTA RESPIRATORIA**

TUTTE le persone che frequentano il centro sportivo, a cominciare dal personale, dovrebbero mettere in atto una buona igiene delle mani. Le mani vanno lavate frequentemente (ed ogni volta che sia necessario) con acqua e sapone o con soluzioni detergenti a base di alcol (concentrazione 60-90%). I lavabi debbono essere sempre disponibili e facilmente accessibili, così come i detergenti a base di alcol, soprattutto nel caso in cui non sia possibile disporre di lavabi, per esempio durante attività sportive all'aperto.

Va ricordato che nel caso di lavaggio con acqua e sapone, va usata acqua calda e le mani insaponate debbono essere strofinate per 15-20 secondi, usando poi un asciugamano monouso o personale o un asciugatore ad aria calda, mentre nel caso di detergenti a base di alcol non va aggiunta acqua e le mani debbono essere strofinate tra loro fino a che non ritornano asciutte.

**Lavaggio con acqua e sapone**

- Usare acqua calda.
- Strofinare le mani insaponate per 15-20 secondi

**Detersione con detergenti a base di alcol**

- Non aggiungere acqua
- Strofinare il prodotto sulle mani fino che queste non ritornano asciutte

TUTTE le persone che frequentano il centro sportivo dovrebbero anche praticare una buona etichetta (o igiene) respiratoria, coprendo la bocca ed il naso con un fazzoletto di carta quando tossiscono o starnutiscono, e smaltendo immediatamente il fazzoletto usato nella spazzatura. In mancanza di fazzoletto, si può tossire sulla manica della maglietta o sul gomito, anziché usare le mani come schermo, se non si ha la possibilità di lavarle immediatamente.

Altrettanta attenzione deve essere riservata agli asciugamani, personali o messi a disposizione del centro sportivo, che una volta usati debbono essere collocati in appositi contenitori, negli armadietti ovvero nelle sacche personali dei frequentatori, evitando per quanto possibile la commistione con gli indumenti e gli effetti personali di altri frequentatori.

**RACCOMANDAZIONI GENERALI PER CENTRI SPORTIVI PER LA RIDUZIONE DEL RISCHIO DI TRASMISSIONE DI INFLUENZA**

Può essere opportuno lo sviluppo di un programma di addestramento per il personale del centro sportivo sulla prevenzione delle malattie infettive in generale e dell'influenza in particolare, comprendente informazione su come riconoscere e una sindrome simil-influenzale e sulle modalità più appropriate di prevenzione.

Al riguardo può essere utile fornire materiali educativi ed informativi, oltre che al personale, anche ai frequentatori, in forma adeguata per l'età e facilmente comprensibile da parte di tutti; particolarmente utili sono i poster sul corretto lavaggio delle mani e sull'etichetta respiratoria, da affiggere nei locali comuni, negli spogliatoi, nelle aree relax e nei servizi igienici

E' naturalmente opportuno assicurare la pulizia ordinaria accresciuta del centro sportivo, con attenzione alla pulizia di tutte le superfici ed oggetti che più frequentemente vengono a contatto con le mani.

Maniglie, pomelli, corrimani, rubinetti, telefoni, telecomandi, attrezzi e macchinari sportivi devono essere puliti routinariamente e, oltre che giornalmente, possibilmente anche tra un turno di attività e l'altro e, comunque immediatamente ogni qualvolta le superfici appaiono visibilmente sporche

Le attrezzature sportive, in particolare quelle che presentano impugnature, andrebbero pulite tra un turno e di frequenza e l'altro e prima di essere risposte nei periodi di inattività.

Per la pulizia vanno usati i comuni detergenti ad uso domestico; una pulizia regolare e frequente non richiede altre misure più spinte come disinfezioni ambientali.

Contenitori dotati di coperchio per rifiuti debbono essere a disposizione e svuotati frequentemente; altrettanto importante è la disponibilità di cesti o contenitori per la collocazione di asciugamani e indumenti sporchi.

E' altrettanto opportuno assicurare una buona e frequente aerazione degli ambienti, mediante apertura delle finestre ogni qualvolta sia possibile e fattibile e controllando accuratamente i dispositivi di climatizzazione e di condizionamento dell'aria, soprattutto per ciò che concerne la pulizia dei filtri e la sanificazione degli impianti.

La condivisione di bottigliette d'acqua o integratori di fluidi va assolutamente scoraggiata.

#### **RIDUZIONE DEL RISCHIO DI INTRODUZIONE DI INFLUENZA NEL CENTRO SPORTIVO**

I frequentatori del Centro sportivo andrebbero informati, possibilmente per iscritto, che la frequenza non è opportuna in caso di sintomi simil-influenzali; in caso di contatti con persone con sindrome influenzale, la frequenza del centro sportivo è consentita, fino ad eventuale comparsa dei sintomi sospetti

Le persone con sintomi simil-influenzali e quelle che hanno manifestato una forma simil-influenzale nei giorni precedenti andrebbero escluse dalla frequenza del centro sportivo fino a completa risoluzione della sintomatologia per almeno 24-48 ore, in assenza di terapia sintomatica ed antipiretica.

Informazioni sull'andamento della pandemia influenzale da nuovo virus AH1N1 ed indicazioni sulla prevenzione e controllo dell'Influenza sono consultabili sul sito del Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali, Focus Nuova Influenza AH1N1, all'indirizzo:

<http://www.ministerosalute.it/dettaglio/principaleFocusNuovo.jsp?id=13&area=influenzaA>, da cui è possibile scaricare anche facsimili di poster informativi sulle misure igieniche e sull'etichetta respiratoria, ed all'indirizzo: <http://www.ministerosalute.it/influenza/influenza.jsp>

Il Direttore Generale  
della Prevenzione Sanitaria  
Dr. Fabrizio Oleari