

Vademecum anti-Covid 19

Ordine Psicologi del Friuli Venezia Giulia

Aggiornato alla luce del DPCM del 24.10.2020

Premessa

Questo documento nasce nel delicato momento in cui la curva dei contagi da Covid-19 ha ricominciato a crescere in maniera esponenziale. L'intento del presente Vademecum è quindi quello di fornire a colleghi e colleghe alcune indicazioni utili per continuare a **svolgere la propria pratica professionale in sicurezza**, per se stessi/e e per l'utenza.

Si sottolinea che le indicazioni qui raccolte **non si sostituiscono** in alcun modo ai **decreti e alle ordinanze emanate a livello regionale e/o nazionale**, né alle indicazioni in materia formulate dalle **autorità di sanità pubblica**, né possono essere considerate esaustive rispetto a tutti i quesiti che la problematica suscita.

Per quanto non ricompreso in queste linee guida, si rimanda pertanto alla normativa di riferimento e alle indicazioni fornite da **Ministero della Salute, Istituto Superiore di Sanità (ISS), Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e Centro Europeo per la prevenzione e il controllo delle malattie (ECDC)**, invitando ogni professionista a mantenersi costantemente **aggiornato/a**.

Tra i siti consultabili:

<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/homeNuovoCoronavirus.jsp>

<https://www.epicentro.iss.it/coronavirus/>

<https://www.iss.it/coronavirus>

Si sottolinea che le stesse indicazioni contenute in questo Vademecum potranno essere soggette ad **aggiornamenti**, considerata la continua evoluzione normativa sull'emergenza sanitaria.

➤ **Per la formazione/approfondimento del/la professionista**

Oltre alle fonti indicate, si ricordano alcune possibilità formative messe a disposizione dall'Istituto Superiore di Sanità (link), come il corso FAD ECM gratuito "Prevenzione e Controllo delle Infezioni da Coronavirus" (6,5 ECM; iscrizioni possibili fino al 30.11.2020 o ad esaurimento del limite di partecipanti iscritti/e), disponibili per tutti/e i/le professionisti/e sanitari/e.

Vademecum

I Decreti del Presidente del Consiglio dei Ministri (DPCM) che si sono susseguiti nel mese di ottobre, compreso il più recente DPCM del 24.10.2020, **non hanno introdotto nuove disposizioni indirizzate specificatamente alla nostra categoria professionale**. Hanno tuttavia ribadito con forza l'importanza di attenersi scrupolosamente alle misure igienico-sanitarie previste dalle agenzie di salute pubblica, di rispettare il distanziamento, di limitare le occasioni di assembramento.

Di seguito alcune raccomandazioni da parte del nostro Ordine regionale per la pratica professionale nel contesto di emergenza sanitaria da Covid-19, anche alla luce della normativa più recente.

➤ **Sull'attività professionale psicologica**

La nostra categoria professionale, in quanto sanitaria, ha sempre potuto continuare a svolgere la propria attività, online e/o in presenza, anche durante il periodo di lockdown della scorsa primavera. Nonostante questo, si raccomanda fortemente – ogni qualvolta sia possibile – di **privilegiare le attività non in presenza**, come colloqui e riunioni online, videochiamate, smart working, supervisioni e didattica a distanza. Strumenti utili in tal senso possono essere Skype, Whatsapp, Zoom e altre piattaforme online.

- ❖ In caso di colloqui online con pazienti è necessario aggiornare consenso informato e privacy. Indicazioni da parte del Consiglio Nazionale Ordine Psicologi (CNOP) al riguardo sono disponibili qui (<https://d66rp9rxjwty.cloudfront.net/wp-content/uploads/2020/04/LINEE-DI-INDIRIZZO-PER-LINTERVENTO-PSICOLOGICO-A-DISTANZA-A-FAVORE-DELLA-POPOLAZIONE-NELLEMERGENZA-COVID-19-1.pdf>) o sul sito del CNOP in una sezione dedicata all'emergenza sanitaria Covid-19 (<https://www.psy.it/gli-psicologi-sul-coronavirus>). Questi documenti sono stati condivisi anche nella **sezione del sito del nostro Ordine dedicata al Covid-19**, con numerose risorse per i/le professionisti/e, oltre a notizie sempre aggiornate sul fenomeno (<https://www.ordinepsicologifvg.it/notizie/covid-19.html>)

Qualora le modalità in **presenza** non siano in alcun modo sostituibili, vanno svolte **applicando rigorosamente le raccomandazioni** fornite dagli enti di Salute Pubblica e le conseguenti misure di prevenzione igienico sanitaria. Si ricorda pertanto che è fortemente raccomandato prestare attenzione a:

- ❖ **Sintomi.** Professionista e paziente **non devono presentare sintomi influenzali o para-inflenzali né essere stati a contatto con soggetti positivi al Covid-19**. In presenza di sintomi di almeno una delle parti, è cruciale che gli appuntamenti in presenza vengano rinviati. Si raccomanda inoltre di misurare la temperatura all'utenza che accede allo studio. In ogni caso il DPCM del 24.10.2020 ricorda che *“i soggetti con infezione respiratoria caratterizzata da febbre (maggiore di 37,5°) devono rimanere presso il proprio domicilio, contattando il proprio medico curante”*.
- ❖ **Distanziamento.** Le indicazioni sono di mantenere almeno 1 metro di distanza con il/la paziente durante i colloqui. Nonostante questo, si incoraggia fortemente a mantenere **almeno 2 metri di distanza** tra professionista e paziente, in considerazione del fatto che in ambienti chiusi un contatto anche a 2 metri di distanza per 15 minuti rappresenta un contatto stretto. Si osserva che dal DPCM del 24.10.2020: *“Le persone con disabilità motorie o con disturbi dello spettro autistico, disabilità intellettiva o sensoriale o problematiche psichiatriche e comportamentali o non autosufficienti con necessità di supporto, possono ridurre il distanziamento sociale con i propri accompagnatori o operatori di assistenza, operanti a qualsiasi titolo, al di sotto della distanza prevista”*. Tenuto conto di questi aspetti, si invita a prestare particolare attenzione nel mantenere adeguata distanza anche con questa tipologia di utenza, o qualora ci si trovi a lavorare con soggetti in età evolutiva, per i quali potrebbero risultare più complesso rispettare il mantenimento della distanza.
- ❖ **Evitare il contatto fisico**, incluse le strette di mano. Attività che richiedono contatto fisico ravvicinato con uno o più pazienti, soprattutto se appartenenti a categorie a rischio (come anziani o soggetti che presentano pluripatologie), vanno rinviate o sostituite con altre metodologie che garantiscano il distanziamento sociale.
- ❖ **Mascherina.** **È sempre obbligatorio l'uso della mascherina, sia da parte del professionista che dell'utenza.** Utilizzarla risulta infatti cruciale in ogni situazione, in aggiunta al rispetto del distanziamento. Al riguardo si ricorda che nel DPCM del 24.10.2020 si sottolinea che: *“è fatto obbligo sull'intero territorio nazionale di avere sempre con sé dispositivi di protezione delle*

vie respiratorie, nonché obbligo di indossarli nei luoghi al chiuso diversi dalle abitazioni private e in tutti i luoghi all'aperto ad eccezione dei casi in cui (...) sia garantita in modo continuativo la condizione di isolamento". È consigliabile che in ogni studio il/la professionista sia munito/a di mascherine da poter fornire ai pazienti qualora ne fossero sprovvisti o le loro risultassero deteriorate. Particolare **attenzione** deve essere rivolta dai colleghi/e che lavorano con bambini e bambine di età **inferiore ai 6 anni**, o con persone che presentano **patologie o disabilità incompatibili con l'uso della mascherina**, poiché per questi soggetti non vi è l'obbligo di indossarla. Tuttavia, qualora fosse possibile, sarebbe auspicabile invitarli a farne uso.

- ❖ **Gel disinfettanti.** Il lavaggio frequente e accurato e la disinfezione delle mani rappresentano elementi chiave per la prevenzione dell'infezione. È necessario pertanto mettere a disposizione degli/delle utenti dello studio una soluzione idroalcolica (almeno il 70% di alcol) invitandoli a disinfettare le mani all'entrata e all'uscita. Il lavaggio delle mani va effettuato frizionando la soluzione idroalcolica per 20 secondi o in alternativa utilizzando una soluzione di acqua e sapone per 40-60 secondi. Anche il/la professionista dovrà eseguire le medesime procedure. È consigliato affiggere vicino al dispenser di gel e/o in bagno il manifesto scaricabile da: <https://www.focus.it/images/2020/02/10/igiene-delle-mani-orig.jpg>
- ❖ **Igienizzare** regolarmente ed accuratamente le superfici sanitarie, di lavoro e di arredamento, soprattutto quelle più utilizzate (come sedie, scrivanie, maniglie delle porte) nonché i materiali utilizzati (test, giochi per i bambini/e etc), utilizzando prodotti disinfettanti adeguati (a base di ipoclorito di sodio, diluizione 0,1% e 0,5%, o alcool etilico con diluizione 70%, o perossido di idrogeno con diluizione 0,5%) o prodotti sanificanti certificati già diluiti e pronti all'uso in commercio. Si consiglia di scegliere il disinfettante in relazione al materiale da igienizzare, prestando particolare attenzione a quello utilizzato sugli **strumenti di lavoro dedicati ai minori**. E' comunque buona norma limitare l'accesso e la frequenza dello studio in modo da evitare la presenza di più utenti in sala d'aspetto, e igienizzare la stanza del colloquio al termine di ogni colloquio.
- ❖ **Arieggiare** molto bene e regolarmente tutti i locali. E' buona norma distanziare gli appuntamenti tra utenti, in modo da poter effettuare un'adeguata aereazione delle stanze. Se è presente una sala d'attesa, è fortemente raccomandato distanziare le sedie, arieggiare regolarmente, eliminare materiali di lettura o gioco lasciati a disposizione dell'utenza.
- ❖ **Distanziare gli appuntamenti**, per evitare la sovrapposizione di pazienti in sala d'attesa e per garantire uno spazio temporale adeguato per le operazioni di sanificazione. I professionisti/e che condividono spazi di studio dovrebbero coordinarsi nella calendarizzazione degli appuntamenti per garantire che in sala d'aspetto la presenza dell'utenza sia sempre scaglionata.
- ❖ **Affiggere all'ingresso dello studio istruzioni chiare** che consentano all'utente di conoscere il modo di fruizione dell'ambiente per diminuire i possibili rischi di contagio. Ad esempio: all'arrivo igienizzare le mani seguendo le apposite istruzioni, utilizzare la mascherina, evitare di sostare in aree dove sono presenti altre persone, mantenere il distanziamento personale di almeno un metro.
- ❖ **Privilegiare l'utilizzo di pagamenti elettronici** o mediante bonifico bancario per diminuire le occasioni di contatto con il denaro contante.

➤ **Sulle terapie di coppia/familiari e altre attività di gruppo**

- ❖ Valgono le indicazioni sopra esposte con la differenza che tra conviventi non è obbligatorio il rispetto del distanziamento (mentre l'uso della mascherina resta obbligatorio per tutti/e). Il/la

professionista è sempre tenuto/a al rispetto della **distanza** da tutti i pazienti, e così pure gli stessi nei confronti del/la professionista.

- ❖ Altre attività di gruppo – come supervisioni collettive o formazioni in gruppo – sebbene non espressamente vietate dal DPCM sono però fortemente sconsigliate, per l'aumentato rischio di mancato rispetto delle norme relative al distanziamento. Si invita pertanto a convertire tali attività in **modalità online**. Se ciò non fosse possibile, è obbligatorio garantire il distanziamento tra tutti i partecipanti ed il rispetto di tutte le misure di prevenzione precedentemente enunciate. È inoltre fortemente consigliato che il/la professionista **appuri l'asintomaticità** di ogni partecipante prima dell'ingresso presso lo studio o la sede delle attività e che tenga **traccia dei nominativi e dei recapiti** di tutti i/le partecipanti, per avvertirli qualora uno/a di questi dovesse risultare positivo/a al Coronavirus. Si sottolinea che, per rispetto della privacy, non è obbligatorio rivelare il nome della persona positiva.
- ❖ Anche per quanto riguarda riunioni o formazioni, si raccomanda fortemente di ricorrere a **modalità a distanza**. Qualora non fosse possibile, le indicazioni sono le medesime: rispetto di tutte le norme igienico-sanitarie comprese mascherine obbligatorie per tutti/e e il distanziamento di almeno 1 metro (consigliato di almeno 2 metri), facendo il ricorso a sedute fisse per tutta la durata dell'incontro.

➤ **Sulle attività degli psicologi/ghe in ambito giuridico (CTP/CTU)**

Si rimanda alle indicazioni previste dal CNOP per i colleghi e le colleghe impegnate in tale ambito: <https://www.psy.it/attivita-psicologica-in-campo-giuridico.html>

➤ **Sugli interventi con pazienti a rischio**

Per quanto riguarda l'intervento con i soggetti più a rischio, come gli/le anziani/e, si invita sempre a ricorrere – ove possibile – a modalità di intervento a **distanza**. Qualora questa soluzione non sia percorribile, si raccomanda il **massimo rispetto delle norme** igienico-sanitarie precedentemente descritte. Riflessione analoga se il proprio intervento si svolge all'interno di strutture residenziali, RSA o altri luoghi di cura. In queste situazioni, si invita il/la professionista a prendere contatto anche con il medico curante del proprio/i paziente/i.

➤ **Sulle attività domiciliari**

Anche in questo caso, si invita a sostituire tali interventi con modalità a **distanza**. Qualora ciò non sia possibile per esigenze cliniche, dopo aver valutato l'assenza di fattori di rischio per il/la professionista presso il domicilio (nessuna persona sintomatica, sospetta o a rischio) ed in seguito a confronto con il medico curante in caso di pazienti con patologie pregresse, il/la professionista svolge l'attività nel più rigoroso rispetto delle norme di igiene preventiva sopra enunciate.

➤ **Su congressi, seminari e formazioni**

- ❖ Alla luce del DPCM del 24.10.2020, sono “*sospesi i convegni, i congressi e gli altri eventi, ad eccezione di quelli che si svolgono con modalità a distanza*”.
- ❖ Come già evidenziato, le attività di seminari o formazioni in presenza a gruppi di persone non sono espressamente vietate, ma si raccomanda fortemente di convertirle in occasioni formative **online**.
- ❖ Se svolte in presenza, è fondamentale rispettare in maniera rigorosa le indicazioni sanitarie e normative (distanziamento sociale, utilizzo delle mascherine, numero massimo di partecipanti).

➤ **Sui tirocini**

Dal DPCM del 24.10.2020: *“I corsi per i medici in formazione specialistica e le attività dei tirocinanti delle professioni sanitarie e medica **possono in ogni caso proseguire anche in modalità non in presenza**”.*

➤ **Indicazioni per cittadinanza/pazienti**

- ❖ È cruciale che le informazioni che ciascun professionista fornisce sull'emergenza sanitaria per Covid-19 si basino su **dati scientifici rigorosi e fonti istituzionali autorevoli**, quali Ministero della Salute, ISS, OMS ed ECDC. Questi aspetti sono particolari importanti in un contesto mediatico talvolta caratterizzato da un eccesso di informazioni (e, in alcune situazioni, anche da notizie false, le cosiddette “fake news”) dalle quali è possibile sentirsi “travolti”. È fondamentale che il/la professionista faccia chiarezza, fornendo indicazioni scientifiche autorevoli e corrette.
- ❖ Al riguardo, il CNOP ha messo a punto un **pieghevole** per rispondere ai quesiti della cittadinanza, tradotto anche in sloveno nell'ambito del nostro Ordine regionale (disponibili qui <https://www.ordinepsicologifvg.it/notizie/covid-19/949-vademecum-coronavirus-scaricabile-pieghevole-in-formato-pdf.html>).
- ❖ Sempre il CNOP ha promosso l'iniziativa **#psicologionline**, che prevede la possibilità per cittadini e cittadine di trovare un motore di ricerca (sul sito del CNOP ma anche sul sito del nostro Ordine regionale <https://www.giornatapsicologiastudiaperti.it/>), che raccoglie i nominativi di tutti gli/le psicologi/ghe e gli/le psicoterapeuti/e che si sono resi disponibili per interventi a distanza.

➤ **E se si ammala il/la professionista?**

- ❖ Le possibilità di assistenza per il/la professionista in caso di malattia sono previste dalle casse previdenziali di appartenenza (INPS, ENPAP)
- ❖ In caso di positività al Coronavirus, il/a professionista **avvertirà i/le suoi pazienti** e gli altri suoi contatti. Se coinvolto in procedure di indagine epidemiologica, il/la professionista sarà tenuto a **comunicare i nominativi** delle persone con cui è entrato/a in contatto, compresi i pazienti. In questo la tutela della salute pubblica nel caso di un'emergenza sanitaria risulta prevalente rispetto alla privacy individuale. Non è tuttavia necessario specificare la natura del contatto col paziente (è sufficiente indicare che si tratta di contatti di lavoro). Si invita ad avvisare i/le propri/e pazienti di questi aspetti, importanti per la tutela del/la paziente stesso/a e della comunità in senso più ampio.