



Nuovo coronavirus

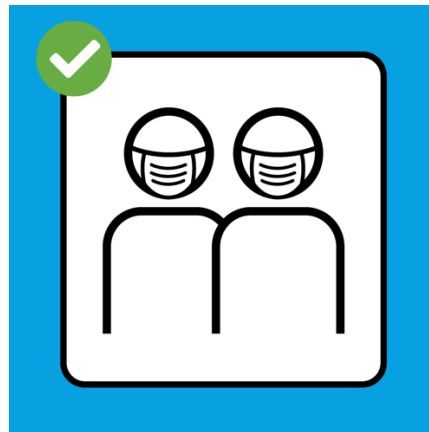
Aggiornato al 1 agosto 2020

COSÌ CI PROTEGGIAMO.



Informazioni importanti sul nuovo coronavirus e sulle regole di igiene e di comportamento.

Obbligo della mascherina sui mezzi pubblici



Continuate a rispettare le regole di igiene e di comportamento per evitare una nuova impennata dei contagi.



In caso di sintomi, fare il test e restare a casa.



Quando possibile, fornire sempre i propri dati di contatto per il tracciamento.



Per chi è positivo al test: isolamento.
Per chi ha avuto contatti con una persona positiva al test: quarantena.



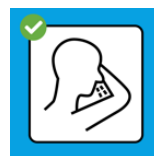
Tenersi a distanza.



Lavarsi accuratamente le mani.



Evitare le strette di mano.



Tossire e starnutire in un fazzoletto o nella piega del gomito.



Prima di andare dal medico o al pronto soccorso, annunciarsi sempre per telefono.

Domande e risposte frequenti sul nuovo coronavirus

A ogni allentamento dei provvedimenti di protezione delle persone dal nuovo coronavirus deciso dal Consiglio federale, un numero crescente di persone ha ripreso a circolare nello spazio pubblico. Anche in futuro il Consiglio federale farà grande affidamento sulla responsabilità individuale. Le regole di igiene e di distanziamento sociale restano fondamentali e intendono contribuire a evitare nuovi contagi e, di conseguenza, un significativo nuovo aumento del numero di casi. Per tutte le strutture e manifestazioni accessibili al pubblico è necessario un piano di protezione.

Vi è un considerevole rischio di contagio se non è possibile rispettare la distanza di 1,5 metri, come può avvenire in qualsiasi momento soprattutto sui mezzi pubblici. In considerazione dell'aumento dei viaggiatori e dell'incremento del numero di casi da metà giugno, il Consiglio federale rafforza i provvedimenti di protezione e decide di introdurre l'obbligo della mascherina su tutti i mezzi pubblici dal 6 luglio 2020

La responsabilità individuale resta importante: Potete proteggervi al meglio da un contagio lavandovi regolarmente le mani con sapone e tenendovi a distanza.

Contagio e rischi

Perché queste regole di igiene e di comportamento sono così importanti?

Il nuovo coronavirus è un nuovo virus, contro il quale gli esseri umani non hanno ancora **difese immunitarie**. Per questo possono esserci **numerosi contagi e casi di malattia**. Bisogna perciò rallentare il più possibile la diffusione del virus e proteggere soprattutto le persone che hanno un rischio più elevato di ammalarsi gravemente.

Si tratta di:

- persone a partire dai 65 anni
- adulti già affetti da una o più delle seguenti malattie:
 - **Iperensione arteriosa**
 - **Malattie croniche delle vie respiratorie**
 - **Diabete**
 - **Malattie e terapie che indeboliscono il sistema immunitario**
 - **Malattie cardiovascolari**
 - **Cancro**

O di persone:

- **In forte sovrappeso (obesità, IMC pari o superiore a 40)**

Se non siete sicuri di far parte delle persone particolarmente a rischio, rivolgetevi al vostro medico.

Se tutti rispettiamo le regole, contribuiamo a proteggere meglio queste persone e consentiamo al nostro sistema sanitario di continuare a curare adeguatamente i pazienti con malattie gravi. I posti letto e i respiratori dei reparti di cure intense sono infatti limitati.

Avete più di 65 anni o soffrite di una delle malattie sopra indicate?

In tal caso, dovete rispettare le misure seguenti:

- potete uscire di casa se vi attenete scrupolosamente alle regole di igiene e di comportamento. Evitate i luoghi molto frequentati (p. es. stazioni, trasporti pubblici) e gli orari di punta (p. es. la spesa al sabato o il traffico pendolare);
- evitate i contatti non strettamente necessari e tenetevi a distanza dalle altre persone (almeno 1,5 metri);
- delegate gli acquisti a un amico o a un vicino oppure ordinate la spesa online o per telefono. Troverete offerte di supporto presso varie organizzazioni, attraverso il vostro Comune o Internet;
- utilizzate preferibilmente il telefono, Skype o strumenti analoghi per i vostri incontri professionali o privati.

Se dovete recarvi dal medico, andateci in auto, in bicicletta o a piedi. Se non è possibile, prendete un taxi. Tenetevi a una distanza di almeno 1,5 metri dalle altre persone e rispettate le regole d'igiene.

Raccomandazione: usare la mascherina se non ci si può tenere a distanza. Se esercitate un'attività professionale e siete una persona particolarmente a rischio a causa di una malattia preesistente, è compito del datore di lavoro proteggervi.

Trovate informazioni utili sul sito di Unia Svizzera (v. rubrica Mondo del lavoro)
<https://www.unia.ch/it/mondo-del-lavoro/da-a-z/coronavirus>

Avete sintomi di malattia come tosse (perlopiù secca), mal di gola, affanno, febbre, sensazione di febbre, dolori muscolari o perdita improvvisa dell'olfatto e/o del gusto? **Chiamate immediatamente il vostro medico o un ospedale, anche durante il fine settimana.** Descrivete i vostri sintomi e dite che siete una persona particolarmente a rischio.

Come si trasmette il nuovo coronavirus?

Il nuovo coronavirus si trasmette principalmente attraverso un contatto stretto e prolungato, ossia tenendosi a una distanza inferiore a 1,5 metri da una persona ammalata.

La trasmissione avviene:

- attraverso **goccioline**: se una persona infetta tossisce o starnutisce, i virus possono finire direttamente sulle mucose del naso e della bocca e negli occhi di un'altra persona;
- attraverso **le mani**: le goccioline infettive emesse tossendo o starnutando oppure presenti su superfici contaminate possono finire sulle mani, e da lì, toccandosi il viso, sulla bocca, sul naso o negli occhi.

A partire da quando una persona è contagiosa?

Nota bene: chi si infetta con il nuovo coronavirus è contagioso per molto tempo, vale a dire:

- già **due giorni prima della comparsa** dei sintomi, ossia prima di accorgersi di essere stato contagiato;
- **se si ha sintomi, si è particolarmente contagiosi**;
- **fino ad almeno 48 ore dopo** che ci si sente di nuovo completamente sani. Continuate dunque a tenervi a distanza e a lavare regolarmente le mani con il sapone.

Sintomi, diagnosi e trattamento

Quali sono i sintomi della malattia provocata dal nuovo coronavirus?

Quelli più frequenti sono:

- sintomi di una malattia acuta delle vie respiratorie (mal di gola, tosse perlopiù secca, affanno, dolori al petto);
- febbre;
- perdita improvvisa dell'olfatto e/o del gusto.

Possono inoltre comparire i seguenti sintomi:

- mal di testa;
- malessere, debolezza generale;
- dolori muscolari;
- raffreddore;
- sintomi gastrointestinali (nausea, vomito, diarrea, mal di pancia);
- eruzioni cutanee.

I sintomi di malattia variano sensibilmente e possono essere anche lievi. Possono però presentarsi complicazioni, come una polmonite.

Se avvertite uno o più sintomi frequenti, potreste esservi infettati con il nuovo coronavirus.

In questo caso:

- **Restate a casa**
- Fate **l'autovalutazione sul coronavirus** (vedi link nella prossima domanda) o chiamate il vostro medico. Rispondete al meglio a tutte le domande dell'autovalutazione online o che il medico vi pone per telefono. Al termine riceverete una raccomandazione pratica ed eventualmente l'istruzione di sottoporvi al test.
- **Leggete le istruzioni sull'«Isolamento»** (www.bag.admin.ch/nuovo-coronavirus-downloads) e **attenetevi scrupolosamente**

Se avete più di 65 anni o soffrite già di una malattia, in caso di uno o più dei sintomi frequenti telefonate immediatamente a un medico, anche nel fine settimana.

Non sapete come comportarvi?

Fate l'autovalutazione sul coronavirus <https://check.bag-coronavirus.ch/screening>; dopo aver risposto ad alcune domande riceverete una raccomandazione pratica dell'Ufficio federale della sanità pubblica (in italiano, tedesco, francese o inglese).

Sul sito Internet del Cantone di Vaud <https://coronavirus.unisante.ch/it/evaluation> potete fare l'autovalutazione in altre 8 lingue.

L'autovalutazione non sostituisce la consulenza, la diagnosi e il trattamento di un professionista della salute. I sintomi descritti nell'autovalutazione possono essere associati anche ad altre malattie, che richiedono un iter diverso.

In caso di sintomi forti, che peggiorano o vi preoccupano, rivolgetevi sempre a un medico.

Come si tratta un'infezione da nuovo coronavirus?

Il trattamento si limita ad alleviare i sintomi. La persona ammalata viene isolata per proteggere le altre persone. Nei casi più gravi sono necessarie cure mediche intense, talvolta anche con respirazione artificiale.

Avete disturbi, vi sentite malati o avvertite sintomi che non sono correlati al nuovo coronavirus?

Disturbi di salute, malattie e sintomi non associati al nuovo coronavirus devono essere presi sul serio e curati. Cercate assistenza e non aspettate oltre: telefonate a un medico.

Quando devo sottopormi al test del nuovo coronavirus?

Vi sentite malati o avvertite sintomi della malattia da nuovo coronavirus? Restate a casa, fate l'[autovalutazione sul nuovo coronavirus](#) o telefonate al vostro medico. Rispondete al meglio a tutte le domande del questionario di autovalutazione online o del medico. Al termine riceverete una raccomandazione pratica su come procedere ed eventualmente l'istruzione di sottoporvi al test. Restate a casa finché non è disponibile il risultato del test.

Dove posso fare il test?

I test sono svolti dai medici, negli ospedali o in centri appositamente designati.

Potete fare l'[autovalutazione sul coronavirus](#). Se il risultato dell'autovalutazione raccomanda di sottoporsi al test, riceverete istruzioni su come procedere.

La pagina www.ch.ch/it/coronavirus rimanda alle pagine Internet cantonali, sulle quali sono disponibili informazioni sul nuovo coronavirus e contatti utili.

In quali casi la Confederazione assume i costi di un test PCR?

Dal 25 giugno 2020 la Confederazione assume le spese del test diagnostico per il SARS-CoV-2 a condizione che siano soddisfatti i criteri dell'UFSP. Questo avviene, per esempio, se avete sintomi compatibili con la COVID-19 e il vostro medico vi prescrive il test per diagnosticare un'infezione da nuovo coronavirus. Anche la segnalazione mediante l'app SwissCovid di un contatto con una persona infetta vale come criterio.

Se i criteri dell'UFSP non sono soddisfatti, la Confederazione non assume le spese per il test. Questo avviene, per esempio, se fate il test perché avete bisogno del risultato per poter intraprendere un viaggio, oppure se il test è effettuato soltanto su esplicita richiesta del datore di lavoro.

Maggiori informazioni

Quali manifestazioni sono ammesse?

Le grandi manifestazioni con più di 1000 persone resteranno probabilmente vietate fino alla fine di agosto.

Le manifestazioni private e pubbliche fino a 1000 persone possono svolgersi. Se a una manifestazione sono presenti più di 300 persone, deve essere prevista una suddivisione in settori da 300 persone ciascuno. Ciò vale anche per i bar e per i club.

Durante le manifestazioni tenetevi a una distanza di 1,5 metri dalle altre persone e seguite le regole di igiene e di comportamento. Se non potete tenervi a distanza, indossate una mascherina igienica.

Nelle manifestazioni pubbliche l'organizzatore deve elaborare e attuare un piano di protezione. Sulla base di un tale piano di protezione, è possibile che dobbiate indicare i vostri dati di contatto. In questo caso è importante indicare i dati esatti. Soltanto così potete essere informati dalle autorità cantonali se siete entrati in contatto con una persona infetta.

Che cosa succede se il numero di nuovi contagi non diminuisce ma aumenta di nuovo rapidamente?

Dipende da come evolve la situazione. Se i nuovi contagi aumenteranno, il Consiglio federale posticiperà le fasi di allentamento pianificate o revocherà in parte quelle già attuate. In tal caso anche i piani di protezione dovranno essere adeguati.

Trovare aiuto

Cosa devo fare se in ospedale non si parla o si capisce la mia lingua?

Chiedete sin da subito un interprete. Esistono anche servizi di interpretariato telefonici. Se si ricorre a interpreti professionisti, i vostri familiari non devono accompagnarvi e possono così proteggersi da un contagio. In caso di interventi medici, avete il diritto di capire ed essere capiti.

Dovete restare a casa e avete bisogno di generi alimentari o medicinali?

O vorreste aiutare qualcuno?

Guardatevi intorno:

- Potreste chiedere aiuto a qualcuno?
- O potreste aiutare qualcuno?

Altre possibilità:

- Rivolgetevi al vostro Comune o alla vostra amministrazione comunale
- Utilizzate l'app «Five up»
- Visitate la pagina <http://www.hilf-jetzt.ch> / www.aide-maintenant.ch

Continua a valere l'imperativo di seguire le regole di igiene e di comportamento e di garantirne il rispetto.

Siete preoccupati e vorreste parlare con qualcuno?

Trovate informazioni su:

- www.salutepsi.ch; www.dureschnufe.ch; www.santepsy.ch
- Consulenza telefonica: 143 (Telefono Amico)
-

A casa vi sentite minacciati e cercate aiuto o protezione?

- Numeri di telefono e indirizzi e-mail per richiedere consulenza anonima e protezione in tutta la Svizzera su www.aiuto-alle-vittime.ch; www.opferhilfe.ch; www.aide-aux-victimes.ch
- In caso di **emergenza** chiamate la polizia: numero di telefono **117**

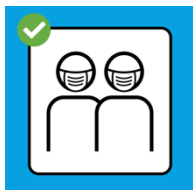
Altri numeri telefonici importanti:

- **Numero di emergenza** dell'ambulanza: **144**, attivo in tutta la Svizzera 24 ore su 24 per tutte le emergenze mediche.
- **Infoline** sul nuovo coronavirus: **058 463 00 00**, per domande sul nuovo coronavirus
- **Se non avete un medico di famiglia**: rivolgetevi a **Medgate** al numero **0844 844 911**, attivo 24 ore al giorno, 7 giorni su 7, 365 giorni l'anno.

Ritorno al lavoro

Il Consiglio federale raccomanda tuttora di continuare a ricorrere, se possibile, al telelavoro anche per evitare di sovraccaricare i trasporti pubblici. A decidere se e quando i lavoratori devono tornare al posto di lavoro è però il datore di lavoro.

Se a causa di una malattia preesistente rientrate nella categoria delle persone a rischio, il vostro datore di lavoro è tenuto a proteggervi.



Obbligo della mascherina sui mezzi pubblici

Dove vige l'obbligo della mascherina?

L'obbligo della mascherina vige su tutti i mezzi pubblici, ossia su treni, tram e autobus, ma anche su funivie o battelli. Sono escluse le sciovie e le seggiovie.

Ci sono eccezioni per bambini e altre persone?

I bambini sotto i 12 anni sono esclusi dall'obbligo della mascherina. Sono escluse anche le persone che non possono portare la mascherina per motivi particolari, segnatamente per motivi medici.

Devo indossare una mascherina anche se l'autobus o il treno è semivuoto?

L'obbligo della mascherina vige indipendentemente dal numero di persone che utilizzano i mezzi pubblici. Non è possibile sapere in anticipo quante persone in più saliranno. Dati gli spostamenti per recarsi al lavoro e quelli nel tempo libero durante il periodo delle vacanze, si presume fondamentalmente che vi sarà un elevato afflusso di persone.

Se non ho una mascherina: posso coprimi viso e bocca anche con una sciarpa o un fazzoletto?

No, con una sciarpa o un fazzoletto l'obbligo della mascherina non è rispettato. Una sciarpa non protegge sufficientemente dal contagio e anche la protezione di terzi è limitata. Si deve indossare una mascherina igienica o una mascherina in tessuto di produzione industriale.

Chi controlla se i passeggeri indossano la mascherina?

Il controllo e l'esecuzione sono affidati al personale di bordo dei treni e alla polizia ferroviaria o ai servizi di sicurezza.

E se mi rifiuto di indossare la mascherina?

Chi si rifiuta di indossare la mascherina deve scendere dal mezzo di trasporto alla stazione o alla fermata successiva. Se una persona oppone resistenza all'invito degli addetti alla sicurezza e non scende dal veicolo, può essere multata per disobbedienza a decisioni dell'autorità (con procedura di multa ordinaria, non disciplinare).

Per molto tempo l'UFSP ha detto che le mascherine non proteggono le persone sane nello spazio pubblico. Allora perché ora le rende obbligatorie?

In effetti, la persona che indossa la mascherina protegge gli altri. Chi è infetto può essere contagioso senza saperlo già due giorni prima di avere dei sintomi. Se tutte le persone intorno indossano la mascherina, ognuna è protetta dalle altre. Anche se la protezione non è perfetta, la diffusione del virus viene frenata.

Viaggio / Entrata in Svizzera

Dal 6 luglio 2020, se entrate in Svizzera dopo avere soggiornato in determinate regioni siete obbligati a mettervi in quarantena per 10 giorni.

Questo provvedimento si basa sull'ordinanza sui provvedimenti per combattere il coronavirus (COVID-19) nel settore del traffico internazionale viaggiatori e vale per l'entrata in Svizzera da Stati o regioni con rischio elevato di contagio da coronavirus.

Notificate la vostra entrata entro due giorni all'autorità cantonale competente eseguite le sue istruzioni. I costi della quarantena devono essere assunti direttamente dalle persone in entrata.



Chi si sottrae alla quarantena o non osserva l'obbligo di notifica commette una contravvenzione ai sensi della legge sulle epidemie, punibile con una multa fino a 10 000 franchi.

L'elenco degli Stati o delle regioni con rischio elevato di contagio da coronavirus, i contatti delle autorità cantonali e le deroghe all'obbligo di quarantena sono disponibili su: www.bag.admin.ch/entrata



I test del coronavirus e il tracciamento dei contatti fermano le catene di infezione.

Perché questi due provvedimenti sono tanto importanti?

Per poter tornare a una vita quasi «normale», tutte le persone che hanno sintomi di malattia devono fare il test del nuovo coronavirus, anche se i sintomi sono lievi. Oltre al test, è importante che tutti forniscano i propri dati di contatto per il tracciamento, per esempio al ristorante, poiché le persone infette possono essere già contagiose anche quando stanno ancora bene. Così i test e il tracciamento dei contatti fermano le catene di infezione.

Se il test del coronavirus è positivo, inizia il tracciamento dei contatti

- Insieme alla persona infetta, le autorità cantonali ne rintracciano i contatti stretti.
- Le autorità informano i contatti di una possibile infezione e su come procedere.
- Anche se non hanno sintomi, queste persone devono mettersi in quarantena per dieci giorni a partire dall'ultimo contatto con la persona contagiosa.
- Se durante questo periodo non viene riscontrata alcuna infezione, le autorità terminano la quarantena (www.bag.admin.ch/nuovo-coronavirus-downloads)



App SwissCovid

Con l'aiuto dell'app SwissCovid per telefoni cellulari intendiamo contenere la diffusione incontrollata del nuovo coronavirus. Più persone la scaricheranno, più l'app contribuirà allo scopo. Chi è stato per un certo tempo in prossimità di almeno una persona che successivamente è risultata positiva al test del nuovo coronavirus viene informato via app della possibilità di un contagio e su come procedere. La sfera privata resta protetta, l'utilizzo dell'app è volontario e gratuito. L'app può essere scaricata dall'App Store di Apple e da Google Play Store.

L'app SwissCovid aiuta a fermare più velocemente le catene di trasmissione

L'app SwissCovid per telefoni cellulari (Android/iPhone) contribuisce a contenere il nuovo coronavirus. Abbinata al tracciamento dei contatti classico svolto dai Cantoni per ricostruire le infezioni, contribuisce a interrompere le catene di trasmissione. L'app SwissCovid è disponibile nell'Apple Store e in Google Play Store (in italiano, tedesco, francese, romancio, albanese, bosniaco, croato, inglese, portoghese, serbo, spagnolo, tigrino, turco)

- [Google Play Store per Android](#)
- [Apple Store per iOS](#)

L'uso dell'app SwissCovid è volontario e gratuito. Più persone la installeranno e la utilizzeranno, più efficace sarà il suo contributo al contenimento del nuovo coronavirus.

Come funziona l'app SwissCovid? (https://youtu.be/Y7AMjjCo_yU)

Installate l'app SwissCovid sul vostro telefono cellulare Apple o Android. Poi non dovrete fare altro che portarlo con voi con la funzione Bluetooth attivata.

Nell'ambito della portata di Bluetooth, il telefono cellulare scambia gli ID casuali (codici di identificazione) con tutti gli altri telefoni cellulari che hanno un'app compatibile installata. Gli ID casuali vengono salvati sul telefono cellulare per 14 giorni e poi eliminati automaticamente. Sono compatibili con l'app SwissCovid le altre app analoghe di altri Paesi (per esempio l'app tedesca Corona-Warn-App). Per ora gli ID casuali degli utenti delle app estere vengono salvati, ma non è ancora possibile ricevere alcuna segnalazione da queste app.

Così avviene la segnalazione

Se risulta positivo al test del nuovo coronavirus, un utente dell'app SwissCovid riceve dal servizio del medico cantonale un cosiddetto codice Covid. La funzione di segnalazione dell'app può essere attivata soltanto con questo codice. In questo modo è possibile impedire gli abusi.

Una volta attivata la funzione, gli utenti dell'app che sono stati esposti al contagio ricevono un messaggio che segnala loro che vi è la possibilità che siano stati contagiati. Per ricevere la segnalazione, bisogna essersi trovati complessivamente per circa 15 minuti nel corso di una giornata a una distanza inferiore a 1,5 metri circa da una o più persone infette durante il periodo del rischio di contagio (due giorni prima che compaiano i sintomi della malattia).

Protezione della sfera privata

I dati sugli altri utenti raccolti dal telefono cellulare vengono salvati soltanto localmente. Il telefono cellulare o l'app SwissCovid non inviano dati personali o sulla posizione ad archivi o server centrali. Nessuno può dunque risalire alle persone con cui si è stati in contatto o a dove il contatto è avvenuto. Una volta superata la pandemia da coronavirus o se l'app dovesse dimostrarsi inefficace, il sistema sarà disattivato.

Ho ricevuto dall'app SwissCovid una segnalazione di possibile contagio. Ho diritto di sottopormi al test?

Sì. Se avete ricevuto una segnalazione di possibile contagio avete diritto a sottoporvi al test del coronavirus gratuitamente.

Si tratta infatti di un test pensato per individuare persone contagiate che tuttavia non presentano ancora sintomi. Il test va effettuato al più presto dopo 5 giorni dal possibile contagio.

In caso risultiate positivi, sarete contattati dal servizio cantonale competente che vi informerà su come procedere. Questa misura contribuisce a contenere la diffusione del virus.

Continuo a percepire lo stipendio se in seguito a una segnalazione di possibile contagio decido di mettermi in quarantena?

In caso riceviate una segnalazione di possibile contagio, telefonate all'infoline SwissCovid (il numero telefonico vi viene mostrato nell'app in caso di segnalazione). Questo servizio vi fornirà le risposte a queste domande.

In linea di principio, in caso rimaniate a casa a seguito di una segnalazione di un possibile contagio, il datore di lavoro non è tenuto a continuare a versare lo stipendio.

Solo se l'isolamento è disposto dalle autorità cantonali lo stipendio è garantito.

Cos'è il nuovo coronavirus? Che cosa sono il SARS-CoV-2 e la COVID-19?

Il nuovo coronavirus è stato scoperto in Cina alla fine del 2019 a seguito di un numero insolitamente elevato di casi di polmonite nella città di Wuhan, nella Cina centrale. Il virus ha preso il nome di SARS-CoV-2 e appartiene alla stessa famiglia di agenti patogeni che causano la Sindrome respiratoria medio-orientale (MERS) e la Sindrome respiratoria acuta grave (SARS).

L'11 febbraio 2020, l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha denominato ufficialmente la malattia causata dal nuovo coronavirus «COVID-19», acronimo di «CoronaVirus Disease 2019», in italiano «malattia da coronavirus 2019».

In base alle informazioni attualmente disponibili si ritiene che il virus sia stato trasmesso all'essere umano da animali e che ora si diffonda da persona a persona. L'epidemia ha avuto probabilmente origine in un mercato del pesce e di altri animali nella città di Wuhan, nel frattempo chiuso dalle autorità cinesi.

Per maggiori informazioni: www.ufsp-coronavirus.ch
www.bag.admin.ch/nuovo-coronavirus
(Tedesco, Francese, Italiano, Inglese)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

