



VADEMECUM ATTIVITA' in periodo di EMERGENZA COVID-19 dell'Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle

Il presente Vademecum è stilato sulla base delle linee guida emesse in data 17 Maggio 2020 dal Ministero delle Infrastrutture e dei Trasporti per i centri immersione, sulla base del Protocollo elaborato da S.I.M.S.I (Società Italiana di Medicina Subacquea e Iperbarica), AssoSub, Diritto&Subacquea e A.I.S.I. (Associazione Imprese Subacquee Italiane), in collaborazione con altri Enti e Soggetti del settore, tra i quali D.A.N. Europe, e sulla base delle realtà locali all'interno delle quali si svolgeranno le attività dell'Associazione.

Il presente Vademecum, nel quale sono riassunte le **misure di prevenzione adottate** per contrastare l'emergenza da rischio sanitario Covid-19 (rischio biologico Sars-CoV-2), viene pubblicato sul sito web dell'Associazione, sul gruppo Facebook, nelle chat Whatsapp ed inviato ai Soci via email per opportuna conoscenza.

Il presente documento contiene inoltre:

- apposite comunicazioni (poster, infografiche, ecc.) sulle modalità di trasmissione, sintomi e norme di igiene (**distanziamento sociale**) per evitare diffusione e il contagio e sui riferimenti telefonici utili per comunicare in modo tempestivo con le Autorità Sanitarie locali;
- informazioni sui comportamenti da tenere (rimanere presso il proprio domicilio in caso di sintomatologia febbrile o da infezione respiratoria, raccomandando di limitare i contatti sociali e contattando il medico curante ecc.) e sui riferimenti telefonici utili per comunicare in modo tempestivo con le Autorità Sanitarie locali.

Relativamente alla sanificazione dei locali, non avendo l'Associazione locali di proprietà o in affitto non è in carico ad essa la sanificazione degli stessi. La sanificazione dei locali e dei mezzi (gommoni) è a carico delle strutture che offrono all'Associazione il supporto logistico per lo svolgimento delle attività.

La situazione epidemiologica e legislativa in materia è in costante evoluzione, pertanto questo documento potrà subire modifiche ed aggiornamenti.

Tutti i Soci sono tenuti alla lettura di questa informativa e delle eventuali successive modificazioni ed a rispettare le linee guida in essa contenute.



SOMMARIO

- I. **PREMESSA**
- II. **DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE**
- III. **ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI**
- IV. **SCREENING CONDIZIONI DI SALUTE**
- V. **LEZIONI TEORICHE**
- VI. **ATTREZZATURA**
- VII. **PRIMA E DOPO L'IMMERSIONE**
- VIII. **A BORDO**
- IX. **DA RIVA**
- X. **IN ACQUA**
- XI. **RICARICA BOMBOLE**
- XII. **PRIMO SOCCORSO**
- XIII. **ALLEGATI**
 - a) **Le raccomandazioni da seguire**
 - b) **Il corretto lavaggio delle mani**
 - c) **Uso di detergenti, disinfettanti e igienizzanti**
 - d) **Smaltimento rifiuti**
 - e) **Come indossare correttamente le mascherine**
 - f) **Come indossare e rimuovere i guanti**
 - g) **Dichiarazione medica**
 - h) **8 STEPS PADI**
 - i) **PADI Best practices to reduce transmission risks**



I. PREMESSA

Nel febbraio 2020, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha riconosciuto la pandemia di COVID-19 (dove "CO" sta per corona, "VI" per virus, "D" per disease/patologia e "19" indica l'anno in cui si è manifestata).

I Coronavirus sono una vasta famiglia di virus noti per causare malattie che vanno dal comune raffreddore a malattie più gravi come la Sindrome respiratoria mediorientale (MERS) e la Sindrome respiratoria acuta grave (SARS).

Sono virus RNA a filamento positivo, con aspetto simile a una corona al microscopio elettronico.

La sottofamiglia Orthocoronavirinae della famiglia Coronaviridae è classificata in quattro generi di coronavirus (CoV): Alpha-, Beta-, Delta- e Gammacoronavirus. Il genere del betacoronavirus è ulteriormente separato in cinque sottogeneri (tra i quali il Sarbecovirus).

I Coronavirus sono stati identificati a metà degli anni '60 e sono noti per infettare l'uomo ed alcuni animali (inclusi uccelli e mammiferi). Le cellule bersaglio primarie sono quelle epiteliali del tratto respiratorio e gastrointestinale.

Ad oggi, sette Coronavirus hanno dimostrato di essere in grado di infettare l'uomo:

- Coronavirus umani comuni: HCoV-OC43 e HCoV-HKU1 (Betacoronavirus) e HCoV-229E e HCoV-NL63 (Alphacoronavirus); essi possono causare raffreddori comuni ma anche gravi infezioni del tratto respiratorio inferiore
- altri Coronavirus umani (Betacoronavirus): SARS-CoV, MERS-CoV e 2019-nCoV (ora denominato SARS-CoV-2).

In particolare, la pandemia è causata dal SARS-CoV-2 (o 2019-nCoV), virus RNA a singolo filamento positivo, rivestito da una membrana lipidica. E' molto piccolo 100-150 nanometri di diametro (circa 600 volte più piccolo del diametro di un capello). Ha un periodo di incubazione di 2-14 giorni durante il quale già può essere contagioso. La probabilità di contagio aumenta nella fase sintomatica ed è correlata con la carica virale. Il tasso netto di riproduzione della trasmissione del virus da persona a persona è stimato tra 1,4 e 3,8 (attualmente, in Italia, si sta progressivamente riducendo).

Trasmissione

La comprensione del rischio di trasmissione è incompleta. L'indagine epidemiologica a Wuhan all'inizio dell'epidemia ha identificato una prima associazione con un mercato ittico che vendeva animali vivi, dove la maggior parte dei pazienti aveva lavorato o visitato e che è stata successivamente chiusa per disinfezione. Tuttavia, con il progredire dell'epidemia, la diffusione da persona a persona divenne la principale modalità di trasmissione.

Percorso di trasmissione da persona a persona

Si ritiene che la diffusione da persona a persona della sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2 (SARS-CoV-2) si verifichi principalmente attraverso goccioline respiratorie, simile alla diffusione dell'influenza. Con la trasmissione di goccioline, il virus è rilasciato dalle secrezioni respiratorie quando una persona con infezione tossisce, starnutisce o parla e quindi può infettare un'altra persona entrando in contatto diretto con le mucose; l'infezione può anche verificarsi se una persona tocca una superficie infetta e poi si tocca gli occhi, il naso o la bocca. Le goccioline in genere non viaggiano per più di due metri circa e non indugiano in aria.² Data l'attuale incertezza relativa ai meccanismi di trasmissione, in determinate situazioni si raccomandano precauzioni per via aerea.



Normalmente le malattie respiratorie non si tramettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto fra alimenti crudi e cotti.

Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che sviluppino sintomi.

La via di trasmissione da temere è soprattutto quella respiratoria, meno quella da superfici contaminate. E' comunque utile l'importanza di una corretta igiene delle superfici e delle mani.

Sintomi

La maggior parte delle persone infette da COVID-19 presenta sintomi lievi e guarisce.

I sintomi sono:

- una tosse secca
- alta temperatura (febbre)
- mancanza di respiro
- naso che cola
- mal di gola;
- dolori diffusi e dolori muscolari
- perdita del gusto e dell'olfatto
- profonda astenia

Tuttavia, alcuni continuano a soffrire di malattie più gravi e possono richiedere cure ospedaliere. Il rischio di malattie gravi aumenta con l'età. Le persone con sistema immunitario indebolito e le persone con condizioni come diabete, malattie cardiache e polmonari sono anche più vulnerabili a malattie gravi e Covid -19.

Dato che i sintomi provocati dal nuovo coronavirus sono aspecifici e simili a quelli del raffreddore comune e del virus dell'influenza è opportuno, in caso di sospetto, contattare il medico di base.

Ripresa delle attività

Una persona che ha avuto COVID-19 asintomatico o sintomatico può essere ancora contagiosa per gli altri. Il periodo esatto durante il quale ciò sia possibile non è attualmente noto e probabilmente variabile può durare fino a 37 giorni. Si tratta di una considerazione importante per la possibile condivisione degli erogatori (respirazione in coppia per emergenza), ma anche per le azioni di salvataggio in caso di incidente subacqueo.

Ecco perché viene richiesta un'autocertificazione dello stato di salute del subacqueo relativamente al rischio Covid-19.

Inoltre, il periodo di lockdown ha sicuramente determinato un detraining con ripercussioni sull'efficienza funzionale dell'organismo. È bene, quindi, che il subacqueo si approcci alle prime attività di immersione con la giusta consapevolezza e con gradualità, per riabituare l'organismo alle condizioni di immersione ed agli sforzi fisici relativi.



II. DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE

La diffusione da persona a persona della sindrome respiratoria acuta grave coronavirus 2 (SAR-CoV-2) si verifica principalmente attraverso goccioline respiratorie, simile alla diffusione dell'influenza. Con la trasmissione di goccioline, il virus viene rilasciato con le secrezioni respiratorie quando una persona con infezione tossisce, starnutisce o parla e può così infettare un'altra persona entrando in contatto diretto con le mucose; l'infezione può anche verificarsi se una persona tocca una superficie infetta e poi si tocca gli occhi, il naso o la bocca. Le goccioline in genere non viaggiano per più di due metri e non indugiano in aria.

Da ciò deriva l'attenzione da porre sulle procedure per evitare la contaminazione incrociata (crosscontamination).

Esempio: condividere la penna per la firma di un documento.

Le corrette misure da adottare sono:

- lavarsi le mani con sapone o prodotti igienizzanti frequentemente per almeno 20 secondi. Essendo il SARS-CoV-2 un virus a RNA a singola elica positiva rivestito da una membrana lipidica, il lavaggio accurato comporta la sua bonifica.
- evitare di toccarsi occhi, naso e bocca
- mantenere le distanze da altre persone

Tutti devono partecipare alle attività dotati di Dispositivi di Protezione Individuale (DPI)

- Mascherine chirurgiche anche lavabili, per il rispetto dell'ambiente oppure mascherine filtranti FFP2, KN95 e FFP3 con o senza valvola.

Le mascherine chirurgiche (cosiddette altruiste) riducono la possibilità che una persona infetta sparga goccioline, non proteggono la persona che le indossa. Le mascherine filtranti FFP2, KN95 e FFP3 sono veri dispositivi di protezione individuale e, se perfettamente aderenti, proteggono sia gli altri che chi le indossa perchè bloccano fino al 99% delle particelle infette.

Attenzione: alcune mascherine FFP2, KN95 e FFP3 hanno una valvola visibile che non è un filtro ma facilita l'espiazione. Sono dette egoiste perchè proteggono solo chi le indossa ma non le altre persone e l'ambiente circostante. Vengono usate solo in ambito sanitario, in reparti dove sono ricoverati casi infetti. Il loro uso nei diving center è quindi sconsigliato.

Prima di indossare la mascherina, occorre igienizzare le mani. La mascherina non va toccata mentre la si indossa, va rimossa dal retro e alla fine va gettata in appositi contenitori chiusi.

- Guanti

I guanti monouso determinano una protezione delle mani di chi li indossa ma non dell'ambiente circostante o di altre persone. Prima di mettere i guanti va rispettato quanto indicato in allegato 5 "come indossare e rimuovere i guanti monouso", perchè i guanti possono rompersi. Anche mentre si indossano i guanti è obbligatorio disinfettarli regolarmente.

I guanti sono consigliati per maneggiare attrezzature e diventa pertanto importante, prima di usarli, verificarne l'integrità e cambiarli appena necessario. Terminato l'uso, vanno rimossi e gettati in appositi contenitori chiusi soprattutto per il rispetto dell'ambiente, evitando che la pelle venga a contatto con la parte esterna del guanto.



SMALTIMENTO CORRETTO

Mascherine e guanti terminato l'uso vanno rimossi e smaltiti chiusi in due o più sacchetti nella RACCOLTA INDIFFERENZIATA per il rispetto dell'ambiente; alla fine della operazione di smaltimento detergere adeguatamente le mani.

Attenzione

- Le mascherine dovrebbero essere cambiate almeno tutti i giorni e devono essere indossate correttamente (aderenti e sufficientemente strette); fare attenzione per le ffp2 ffp3 la barba può ridurre notevolmente l'efficacia della protezione, facendo passare aria non filtrata.
- Il loro uso deve essere il più possibile continuativo (evitando quindi il continuo "togli e metti" che va a scapito della loro efficacia protettiva);
- I guanti devono essere cambiati frequentemente e NON sostituiscono il lavaggio delle mani che deve essere effettuato anche prima e dopo il loro uso.

NB. La percezione di sicurezza indotta dall'utilizzo di questi dispositivi potrebbe abbassare la nostra attenzione nell'osservare le comuni regole igieniche ed assumere atteggiamenti che ci espongono al contagio.

Va sempre e comunque osservata la distanza minima interpersonale di 1 metro.



III. ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI

Rimangono valide le precedenti modalità di prenotazione delle immersioni, a mezzo messaggio tramite Whatsapp.

Data la riduzione dei posti nei diving center dovute alle norme relative al distanziamento sociale, è opportuno prenotare le proprie immersioni con congruo anticipo. L'Associazione, come di consueto, farà il possibile per accordarsi con i diving center ed avere il maggior numero di posti disponibili. Ai partecipanti verrà fornito anticipatamente via email o Whatsapp il modulo di **autocertificazione di assenza di sintomatologie riconducibili alle patologie afferenti l'epidemia in atto, completo di dichiarazione di non essere a contatto stretto con soggetti in situazione di contagio nota**. Dovranno compilarlo e portarlo al diving firmato in originale (la compilazione deve avvenire nel giorno stesso dell'attività). Qualora non fosse possibile, devono essere seguite le norme generali di disinfezione delle mani prima della compilazione del modulo al centro immersioni e il partecipante deve portare la propria penna per la compilazione e la firma.

Contenuto della dichiarazione

Il Contenuto della "Dichiarazione Medica" ha natura giuridica di dichiarazione di scienza ovvero di una dichiarazione resa da un soggetto contenete fatti di cui è a conoscenza.

È bene precisare che eventuali dichiarazioni mendaci o reticenti possono essere oggetto di segnalazione all'Autorità Giudiziaria e dare corso eventualmente ad azioni risarcitorie nei confronti della persona che le ha rese.

La veridicità delle informazioni rese nella dichiarazione sono necessarie a tutela della salute di chi la rende, ma anche di tutti i partecipanti alle attività.

Tutela della privacy

I dati raccolti con le dichiarazioni rese da Soci e Partecipanti verranno trattati secondo l'Informativa ai sensi dell'art.13 del Decreto Legislativo n°196/2003 ("Codice in materia di protezione dei dati personali") e degli artt.13-14 del G.D.P.R. ("General Data Protection Regulation") n°679/2016, accettata dai Soci all'atto di richiesta di adesione all'Associazione e comunque disponibile su richiesta per consultazione.

IV. SCREENING CONDIZIONI DI SALUTE

Rilevazione della temperatura corporea

Le linee guida del M.I.T. prevedono la **misurazione della temperatura corporea di tutti i partecipanti alle attività e vietano la partecipazione a tutti coloro che presentino una temperatura superiore a 37,5°C o sintomi riconducibili alle patologie afferenti l'epidemia in atto**.

I dati relativi alla temperatura corporea rilevata non verranno registrati.

In caso di temperatura rilevata superiore alla soglia, prima di impedire la partecipazione, si provvederà ad una seconda misurazione a distanza di 10 minuti.

Quando le attività si svolgono presso Diving Center o presso una piscina, che hanno a loro carico le stesse procedure, la rilevazione della temperatura corporea sarà demandata al soggetto ospitante, per non dilungare ulteriormente le procedure e per non sottoporre i partecipanti ad inutili procedure doppie.



V. LEZIONI TEORICHE

Fino alla dichiarazione di cessata emergenza da parte degli organi competenti, gli istruttori dell'Associazione continueranno a svolgere le **lezioni teoriche a distanza**, tramite gli ormai consueti strumenti digitali a disposizione.

Qualora si rendano necessarie attività in presenza, esse si svolgeranno nel rispetto del criterio di distanza minima (almeno 1 metro di distanza tra i presenti) e con la verifica di un'adeguata pulizia/areazione dei locali.

VI. ATTREZZATURA

Si raccomanda l'uso di attrezzatura personale laddove possibile.

L'attrezzatura presa a noleggio da Soggetti ospitanti (Diving Center) sarà fornita ai partecipanti direttamente da tali strutture, secondo le vigenti normative (nessun onere di sanificazione è in carico all'Associazione).

L'attrezzatura fornita a noleggio dall'Associazione verrà disinfettata, dopo ogni utilizzo, secondo le più recenti indicazioni degli organi competenti (alcool, perossido di idrogeno o ipoclorito di sodio). Inoltre, verrà fornita al partecipante sanificata e sigillata in appositi contenitori (sacchetti).

Consigli per l'utilizzo della propria attrezzatura

I subacquei possono provvedere all'igienizzazione della propria attrezzatura prima e dopo l'utilizzo) utilizzando soluzioni di alcool al 62/71%, di perossido di idrogeno allo 0,5/3% oppure di ipoclorito di sodio allo 0,1%. L'attrezzatura va immersa in tali soluzioni per non meno di 10 minuti e poi risciacquata accuratamente. Per mantenere la sanificazione valida, le attrezzature vanno poi riposte in contenitori sigillati.

La maschera di riserva, essendo possibile la condivisione in condizioni di emergenza, deve essere disinfettata prima dell'immersione.

Standard per la condivisione di gas (limitatamente al periodo di pandemia da SARS-CoV-2): qualora, in immersione, sia necessario condividere la miscela respiratoria, l'erogatore donato al compagno (che riceve la miscela) non deve essere stato utilizzato, né dovrà essere riutilizzato dal subacqueo donante (che offre la miscela). Al termine dell'immersione andrà disinfettato prima del normale riutilizzo.

Al rientro dalle immersioni, le attrezzature utilizzate vanno tenute separate da eventuali altre sanificate e, in caso si debba restituire dell'attrezzatura noleggiata, è necessario seguire le indicazioni dello staff per riporla correttamente in modo da evitare contaminazioni.



VII. PRIMA E DOPO L'IMMERSIONE

È necessario che i partecipanti, all'arrivo al centro di immersione, mantengano la distanza interpersonale e pongano la loro borsa con l'attrezzatura e gli effetti personali ad una adeguata distanza da quelle altrui.

Devono, all'arrivo, consegnare la modulistica richiesta firmata al responsabile dell'Associazione presente in loco e, dopo essersi lavati le mani o averle igienizzate con apposito prodotto, procedere all'assemblaggio dell'attrezzatura ed alla vestizione nella maniera più autonoma possibile.

Il test di funzionamento degli erogatori va fatto con il pulsante di spurgo e non "a bocca".

Dovranno riporre tutti i loro effetti personali all'interno della borsa e seguire le indicazioni dello staff del diving center su dove riporla e/o posizionarla.

Dovranno poi seguire le indicazioni dello staff del diving center per il posizionamento dell'attrezzatura a bordo del gommone, garantendo così il mantenimento della distanza sociale di 1 metro tra le persone.

Attendere le indicazioni dello staff del diving center per salire a bordo.

Al rientro dall'immersione, è importante limitare al minimo la propria permanenza nei Diving Center.

Non saranno disponibili vasche per il lavaggio dell'attrezzatura.

Chi ha possibilità di sciacquare la propria attrezzatura a casa dovrebbe privilegiare questa soluzione.

Le eventuali attrezzature sciacquate al diving vanno appese per asciugare a distanza le une dalle altre e poi riposte nelle borse di ciascun subacqueo.

Per l'utilizzo di bagni, docce e spogliatoi bisogna attenersi alle indicazioni dei Diving Center, ma andrebbe ridotto al minimo il loro utilizzo.

VIII. A BORDO

I partecipanti devono indossare la mascherina e i guanti e gli eventuali sistemi di igienizzazione messi a disposizione dal diving.

È necessario posizionarsi a bordo seguendo le indicazioni dello staff del Diving Center e limitare gli spostamenti a situazioni di assoluta necessità e sempre nel rispetto delle misure minime di distanziamento sociale.

Ogni partecipante deve portare a bordo una sacca o contenitore stagno dove riporre gli eventuali effetti personali e i suoi DPI.

Non saranno presenti contenitori di acqua per il risciacquo delle maschere.

Va evitato di utilizzare lo sputo per la preparazione della maschera all'immersione.

La mascherina va tolta solo quando si indosseranno maschera ed erogatore.

IX. DA RIVA

Alle immersioni da riva si applicano sostanzialmente le stesse procedure e linee guida delle altre immersioni, con la differenza che la misurazione della temperatura sarà effettuata direttamente dall'Associazione e tutte le indicazioni relative al posizionamento degli oggetti personali e delle attrezzature dei partecipanti verranno fornite dallo staff dell'Associazione.



X. IN ACQUA

L'Associazione, considerata la sua affiliazione a PADI in qualità di Dive Resort e considerato che eroga corsi di addestramento di questa didattica, si attiene, per le procedure in acqua, alle indicazioni contenute nel Documento "PADI Best Practices to reduce transmission risks", allegato alla presente.

XI. RICARICA BOMBOLE

Gli operatori alle ricariche di bombole saranno sempre muniti di DPI (guanti -mascherine). Il rischio di contaminazione accidentale da parte dell'operatore può riguardare la gestione delle rubinetterie/valvole delle bombole e delle fruste di ricarica, che saranno quindi sanificate ogni giorno. La contaminazione virale all'interno del compressore è neutralizzata dalle alte temperature sviluppate fino 120 °C.

Particolare attenzione è richiesta nell'uso di disinfettanti a base di alcol, incluse le soluzioni idroalcoliche per le mani. Una presenza anche minima di alcol, sostanza altamente volatile ed infiammabile anche a temperature relativamente basse, può essere causa d'incendio o esplosione qualora si trattino miscele ad alta percentuale di ossigeno.

Evitare un contatto diretto o indiretto con attrezzature, bombole e fruste di riempimento usate per ricariche con miscele arricchite soprattutto se caricate con metodo di pressione parziale.

XII. PRIMO SOCCORSO

Per quanto riguarda le procedure di Primo Soccorso ed Emergenza, quando presso Diving Center, ci si atterrà alle procedure previste dalla struttura ed all'utilizzo dei loro dispositivi di emergenza per la somministrazione dell'Ossigeno. Quando si svolgeranno attività senza l'appoggio di tali strutture (immersioni da riva), sarà presente personale qualificato alla somministrazione avanzata dell'Ossigeno ed all'utilizzo del sistema "BAg-Valve-Mask" (BVM) proprio per evitare di dover fare le insufflazioni, ma garantire nel contempo un soccorso efficace.

In ogni situazione, bisogna comunque utilizzare tutti i DPI a disposizione per evitare il contatto diretto con la vittima, evitare di avvicinarsi al volto della vittima e valutarne il respiro solo osservando i movimenti del torace.

Tutte le altre procedure di Primo Soccorso restano invariate.

Al termine del soccorso vanno correttamente smaltiti i DPI utilizzati, igienizzati gli strumenti utilizzati ed occorre lavarsi accuratamente le mani.



XIII. ALLEGATI

a) Le raccomandazioni da seguire

CORONAVIRUS

Le raccomandazioni da seguire

Se hai sintomi simili all'influenza resta a casa, non recarti al Pronto Soccorso o presso gli studi medici ma contatta il medico di medicina generale, i pediatri di libera scelta, la guardia medica o i numeri regionali



Ministero della Salute

salute.gov.it/nuovocoronavirus

ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS

- LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA**
- EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO**
- EVITA LUOGHI AFFOLLATI**
- COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO**
- EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA**
- NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI**

SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA, NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI

#COVID19

LE RACCOMANDAZIONI DA SEGUIRE



Lava spesso le mani con acqua e sapone o, in assenza, frizionale con un gel a base alcolica



Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani. Se non puoi evitarlo, lavati comunque le mani prima e dopo il contatto



Quando stamutisci copri bocca e naso con fazzoletti monouso. Se non ne hai, usa la piega del gomito



Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol



Copri mento, bocca e naso possibilmente con una mascherina in tutti i luoghi affollati e ad ogni contatto sociale con distanza minore di un metro



Utilizza guanti monouso per scegliere i prodotti sugli scaffali e i banchi degli esercizi commerciali



Evita abbracci e strette di mano



Evita sempre contatti ravvicinati mantenendo la distanza di almeno un metro



Non usare bottiglie e bicchieri toccati da altri

#RESTIAMOADISTANZA



Ministero della Salute



www.salute.gov.it/nuovocoronavirus



NUOVO CORONAVIRUS: IL VADEMECUM

COSA FARE IN CASO DI DUBBI

1. Quali sono i sintomi a cui devo fare attenzione?

Febbre e sintomi simil-influenzali come tosse, mal di gola, respiro corto, dolore ai muscoli, stanchezza sono segnali di una possibile infezione da nuovo coronavirus.

2. Ho febbre e/o sintomi influenzali, cosa devo fare?

Resta in casa e chiama il medico di famiglia, il pediatra o la guardia medica.

3. Dopo quanto tempo devo chiamare il medico?

Subito. Se ritieni di essere contagiato, chiama appena avverti i sintomi di infezione respiratoria, spiegando i sintomi e i contatti a rischio.

4. Non riesco a contattare il mio medico di famiglia, cosa devo fare?

Chiama uno dei numeri di emergenza indicati sul sito www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

5. Posso andare direttamente al pronto soccorso o dal mio medico di famiglia?

No. Se accedi al pronto soccorso o vai in un ambulatorio senza prima averlo concordato con il medico potresti contagiare altre persone.

6. Come posso proteggere i miei familiari?

Segui sempre i comportamenti di igiene personale (lavati regolarmente le mani con acqua e sapone o usa un gel a base alcolica) e mantieni pulito l'ambiente. Se pensi di essere infetto indossa una mascherina chirurgica, resta a distanza dai tuoi familiari e disinfetta spesso gli oggetti di uso comune.

7. Dove posso fare il test?

I test vengono eseguiti unicamente in laboratori del Servizio Sanitario Nazionale selezionati. Se il tuo medico ritiene che sia necessario un test ti fornirà indicazioni su come procedere.

8. Dove trovo altre informazioni attendibili?

Segui solo le indicazioni specifiche e aggiornate dei siti web ufficiali, delle autorità locali e della Protezione Civile.

9 marzo 2020



salute.gov.it/nuovocoronavirus



b) Il corretto lavaggio delle mani



Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!



 Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

 <p>0 Bagna le mani con l'acqua</p>	 <p>1 applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani</p>	 <p>2 friziona le mani palmo contro palmo</p>
 <p>3 il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa</p>	 <p>4 palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro</p>	 <p>5 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro</p>
 <p>6 frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa</p>	 <p>7 frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa</p>	 <p>8 Risciacqua le mani con l'acqua</p>
 <p>9 asciuga accuratamente con una salvietta monouso</p>	 <p>10 usa la salvietta per chiudere il rubinetto</p>	 <p>11 ...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.</p>

WORLD ALLIANCE
10th PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.
October 2009, version 1.



World Health Organization

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

Lavare frequentemente le mani è importante, soprattutto quando trascorri molto tempo fuori casa, in luoghi pubblici. Il lavaggio delle mani è particolarmente importante in alcune situazioni, ad esempio:

PRIMA DI

- mangiare
- maneggiare o consumare alimenti
- somministrare farmaci
- medicare o toccare una ferita
- applicare o rimuovere le lenti a contatto
- usare il bagno
- cambiare un pannolino
- toccare un ammalato

DOPO

- aver tossito, starnutito o soffiato il naso
- essere stati a stretto contatto con persone ammalate
- essere stati a contatto con animali
- aver usato il bagno
- aver cambiato un pannolino
- aver toccato cibo crudo, in particolare carne, pesce, pollame e uova
- aver maneggiato spazzatura
- aver usato un telefono pubblico, maneggiato soldi, ecc.
- aver usato un mezzo di trasporto (bus, taxi, auto, ecc.)
- aver soggiornato in luoghi molto affollati, come palestre, sale da aspetto di ferrovie, aeroporti, cinema, ecc.

Il lavaggio delle mani ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso una azione meccanica. Per l'igiene delle mani è sufficiente il comune sapone. In assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (hand sanitizers), a base alcolica. Si ricorda che una corretta igiene delle mani richiede che si dedichi a questa operazione non meno di 40-60 secondi se si è optato per il lavaggio con acqua e sapone e non meno di 30-40 secondi se invece si è optato per l'uso di igienizzanti a base alcolica. Questi prodotti vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci. Se si usano frequentemente possono provocare secchezza della cute. In commercio esistono presidi medico-chirurgici e biocidi autorizzati con azione battericida, ma bisogna fare attenzione a non abusarne. L'uso prolungato potrebbe favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze nei confronti di questi prodotti, aumentando il rischio di infezioni.



Previene le infezioni con il corretto lavaggio delle mani



Direzione generale della comunicazione e dei rapporti europei e internazionali
 Ufficio 2

stampato
 Centro Stampa Ministero della Salute

Finito di stampare nel mese di gennaio 2020

www.salute.gov.it

con acqua e sapone

occorrono 60 secondi

- 1 Bagna bene le mani con l'acqua
- 2 Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 3 Friziona bene le mani palmo contro palmo
- 4 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 5 Friziona il dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 6 Friziona le mani palmo contro palmo avanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
- 7 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 9 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 10 Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
- 11 Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
- 12 Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

con la soluzione alcolica

occorrono 30 secondi

- 1 Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 2 Friziona le mani palmo contro palmo
- 3 Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 4 Friziona bene palmo contro palmo
- 5 Friziona bene i dorsi delle mani con le dita
- 6 Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 7 Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
- 8 Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso sinistro e ripeti per il polso destro
- 9 Una volta asciutte le tue mani sono pulite

c) Uso di detersivi, disinfettanti e igienizzanti

#IORESTOACASA

DETERGENTI, DISINFETTANTI E IGIENIZZANTI. USALI IN SICUREZZA!



- Non mescolare più prodotti insieme
- Arieggia i locali trattati
- Fa' attenzione all'etichetta
- Non lasciare i prodotti detersivi o disinfettanti incustoditi

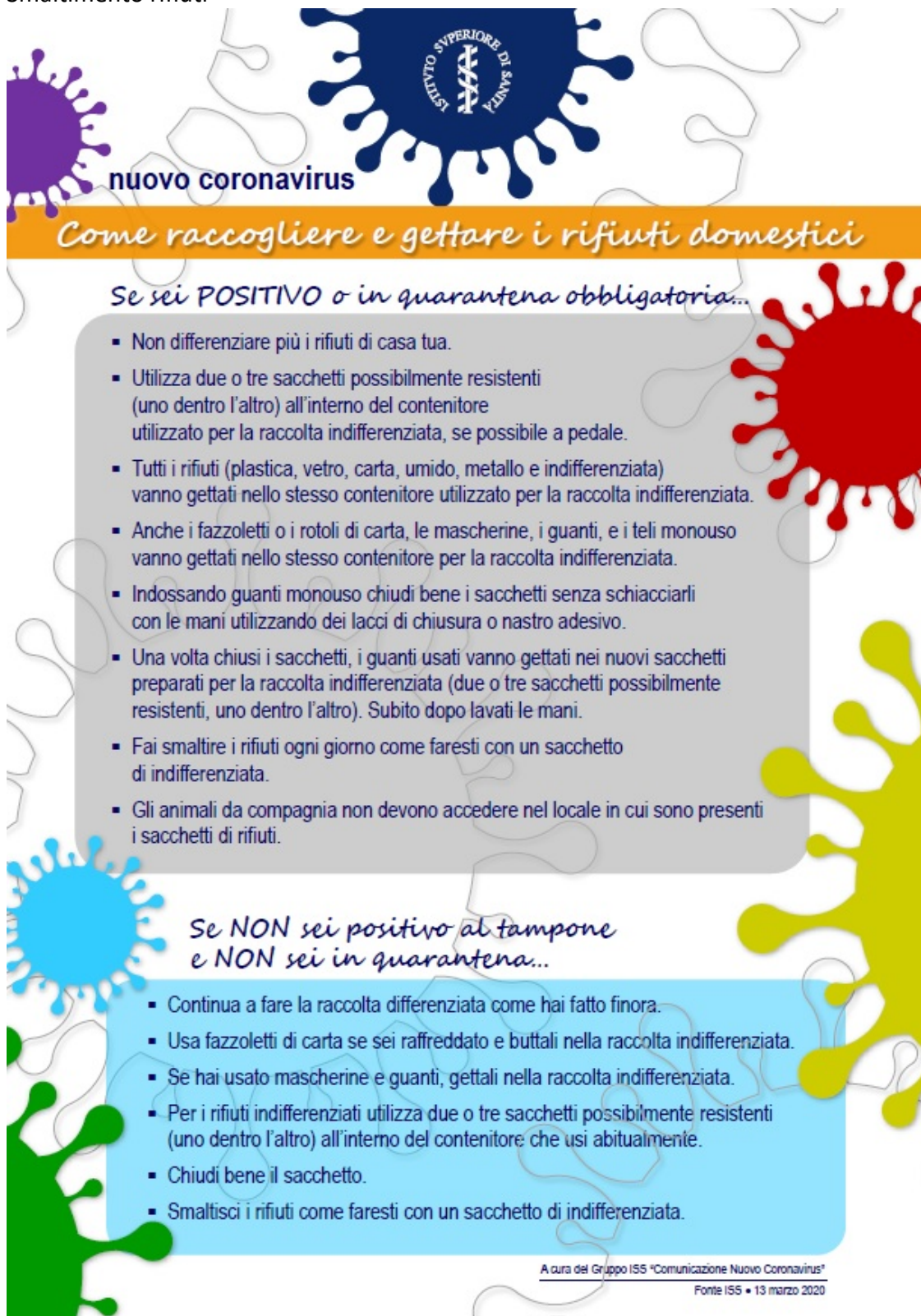


Ministero della Salute



www.salute.gov.it/nuovocoronavirus

d) Smaltimento rifiuti



nuovo coronavirus

Come raccogliere e gettare i rifiuti domestici

Se sei POSITIVO o in quarantena obbligatoria...

- Non differenziare più i rifiuti di casa tua.
- Utilizza due o tre sacchetti possibilmente resistenti (uno dentro l'altro) all'interno del contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata, se possibile a pedale.
- Tutti i rifiuti (plastica, vetro, carta, umido, metallo e indifferenziata) vanno gettati nello stesso contenitore utilizzato per la raccolta indifferenziata.
- Anche i fazzoletti o i rotoli di carta, le mascherine, i guanti, e i teli monouso vanno gettati nello stesso contenitore per la raccolta indifferenziata.
- Indossando guanti monouso chiudi bene i sacchetti senza schiacciarli con le mani utilizzando dei lacci di chiusura o nastro adesivo.
- Una volta chiusi i sacchetti, i guanti usati vanno gettati nei nuovi sacchetti preparati per la raccolta indifferenziata (due o tre sacchetti possibilmente resistenti, uno dentro l'altro). Subito dopo lavati le mani.
- Fai smaltire i rifiuti ogni giorno come faresti con un sacchetto di indifferenziata.
- Gli animali da compagnia non devono accedere nel locale in cui sono presenti i sacchetti di rifiuti.

Se NON sei positivo al tampone e NON sei in quarantena...

- Continua a fare la raccolta differenziata come hai fatto finora.
- Usa fazzoletti di carta se sei raffreddato e buttalili nella raccolta indifferenziata.
- Se hai usato mascherine e guanti, gettali nella raccolta indifferenziata.
- Per i rifiuti indifferenziati utilizza due o tre sacchetti possibilmente resistenti (uno dentro l'altro) all'interno del contenitore che usi abitualmente.
- Chiudi bene il sacchetto.
- Smaltisci i rifiuti come faresti con un sacchetto di indifferenziata.

A cura del Gruppo ISS "Comunicazione Nuovo Coronavirus"
Fonte ISS • 13 marzo 2020

e) Come indossare correttamente le mascherine

Come si indossano le mascherine



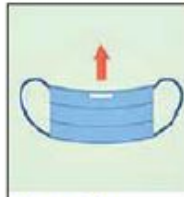
Step 1:

Lavati le mani con gel alcolico o con acqua e sapone prima di toccare la mascherina



Step 2:

Controlla che la mascherina non sia rotta o che abbia buchi



Step 3:

Distendi la mascherina e tieni la parte più rigida in alto e la parte colorata verso l'esterno



Step 4:

Tieni la mascherina per gli elastici e agganciali dietro le orecchie



Step 5:

Assicurati che la mascherina copra il naso e la bocca e che aderisca bene al viso e sotto il mento



Step 6:

Sagoma bene il bordo superiore lungo i lati del naso verso le guance

Come si tolgono le mascherine



Step 1:

Lavati le mani con gel alcolico o con acqua e sapone prima di toccare la mascherina



Step 2:

Evita di toccare la mascherina che potrebbe essere contaminata



Step 3:

Tieni la mascherina per gli elastici sui bordi e sganciala da dietro le orecchie



Step 4:

Sanifica la mascherina spruzzandola con una soluzione alcolica se devi riutilizzarla



Step 5:

Getta la mascherina nel cestino dei rifiuti se è danneggiata o se ne usi una nuova. Non disperderla nell'ambiente



Step 6:

Lavati le mani con gel alcolico o con acqua e sapone dopo aver toccato la mascherina

COME INDOSSARE UN FACCIALE FILTRANTE FFP1, FFP2, FFP3

MODALITÀ D'INDOSSAMENTO ED UTILIZZO GENERICHE

NOTA: fare riferimento alle specifiche istruzioni fornite con i prodotti per maggiori dettagli

UNA VALIDA PROTEZIONE SI OTTIENE SOLO SE IL DISPOSITIVO È INDOSSATO CORRETTAMENTE. SEGUIRE ATTENTAMENTE LE MODALITÀ D'INDOSSAMENTO E VERIFICARE LA TENUTA AL VOLTO DEL DISPOSITIVO COME ILLUSTRATO.



1

Tenere il respiratore in mano con lo stringinaso verso le dita lasciando gli elastici liberi sotto la mano.



2

Posizionare il respiratore sul volto con la conchiglia sotto il mento e lo stringinaso verso l'alto.



3

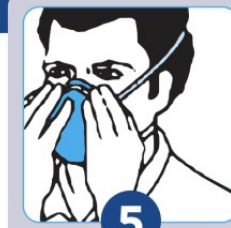
Posizionare l'elastico superiore sulla nuca. Posizionare l'elastico inferiore attorno al collo al di sotto delle orecchie.

NOTA: Non utilizzare in presenza di barba o basette lunghe che non permettano il contatto diretto fra il volto e i bordi di tenuta del respiratore.



4

Posizionare le dita di entrambe le mani sulla parte superiore dello stringinaso. Premere lo stringinaso e modellarlo muovendosi verso le sue estremità. Evitare di modellare lo stringinaso con una sola mano poiché può causare una diminuzione della protezione respiratoria.



5

La tenuta del respiratore sul viso deve essere verificata prima di entrare nell'area di lavoro.

- Coprire con le due mani il respiratore evitando di muoverlo dalla propria posizione
- Espirare rapidamente. Una pressione positiva all'interno del respiratore dovrebbe essere percepita. Se viene avvertita una perdita, aggiustare la posizione del respiratore e/o la tensione degli elastici e ripetere la prova.
- Per respiratori con valvola: coprire il respiratore con le mani, inspirare rapidamente. Se si sentono perdite dai bordi riposizionare il facciale fino a ottenere una perfetta tenuta sul volto.



f) Come indossare e rimuovere i guanti

COME INDOSSARE E RIMUOVERE I GUANTI

Guida pratica per il
corretto utilizzo
dei dispositivi di
protezione
individuale
monouso
delle mani



01

PRIMA DI
INDOSSARE
I GUANTI



RIMUOVERE BRACCIALI,
ANELLI E CONTROLLARE
CHE LE UNGHIE SIANO
CORTE

02



LAVARSI LE MANI CON
ACQUA E SAPONE O CON
UNA SOLUZIONE
ALCOLICA

03



VERIFICARE TAGLIA E
INTEGRITA' DEL GUANTO

04



SOSTITUIRE SE DANNEGGIATO
SPORCO O SUDATO

05



GETTARE I GUANTI IN UN
APPOSITO CONTENITORE

06



LAVARSI LE MANI CON
ACQUA E SAPONE O CON
UNA SOLUZIONE
ALCOLICA

01



PRENDERE IL POLSINO DI UNO
DEI GUANTI TOCCANDO SOLO
LE SUPERFICI ESTERNE DEL
GUANTO

02



SFILARE IL GUANTO E
TRATTENERLO NELLA MANO
ANCORA INGUANTATA

03



CON LA MANO LIBERA
INSERIRE DUE DITA SOTTO
POLSINO DELL'ALTRA E
RIVOLTARE IL GUANTO

04



RACCHIUDERE ALL'INTERNO
DEL SECONDO GUANTO
QUELLO TOLTO IN
PRECEDENZA

RIMOZIONE



g) Dichiarazione medica



DICHIARAZIONE MEDICA / COVID-19



Leggi attentamente prima di firmare. Ti è richiesto di compilare questa ulteriore dichiarazione medica per partecipare ad un programma di addestramento subacqueo o a qualsiasi attività subacquea. Se sei minorenne, devi far firmare questa dichiarazione ad un genitore o tutore.

QUESTIONARIO MEDICO PER SUBACQUEI

Lo scopo di questo questionario medico è di assicurarsi che tu sia idoneo all'immersione. Rispondi con un SÌ o un NO. Se non sei sicuro, rispondi SÌ. Una risposta affermativa indica una probabile condizione preesistente che potrebbe influire sulla tua sicurezza in immersione. Se uno o più aspetti indicati sotto si applicano a te, ti chiederemo di consultare un medico, preferibilmente uno specialista in medicina subacquea, prima di partecipare alle attività subacquee.

Nei 40 giorni precedenti alla compilazione di questo questionario medico:

1. SEI RISULTATO POSITIVO O PRESUMIBILMENTE POSITIVO AL COVID 19 (NUOVO CORONAVIRUS O SARS-COV2) O SEI STATO IDENTIFICATO COME POTENZIALE PORTATORE DEL CORONAVIRUS?
 SÌ NO
2. HAI AVUTO SINTOMI COMUNEMENTE ASSOCIATI AL COVID-19? (FEBBRE; TOSSE; AFFATICAMENTO O DOLORI MUSCOLARI; DIFFICOLTÀ RESPIRATORIE; MAL DI GOLA; INFEZIONI POLMONARI; MAL DI TESTA; PERDITA DEL GUSTO; DIARREA)?
 SÌ NO
3. HAI VISITATO LUOGHI DICHIARATI COME PERICOLOSI E/O A RISCHIO DI INFEZIONE DA COVID-19 DALLE AUTORITÀ SANITARIE O LEGISLATIVE COMPETENTI?
 SÌ NO
4. SEI STATO A DIRETTO CONTATTO O NELLE IMMEDIATE VICINANZE DI PERSONE RISULTATE POSITIVE O PRESUMIBILMENTE POSITIVE AL COVID-19?
 SÌ NO

Le informazioni che ho fornito sulla mia anamnesi sono accurate al massimo delle mie conoscenze. Accetto che ogni eventuale omissione nel comunicare dettagli relativi al mio stato di salute attuale o passato ricade nella mia responsabilità.

Accetto anche di informare Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle riguardo ad eventuali sintomi che dovessi riscontrare anche dopo aver completato questa dichiarazione e/o dopo esser entrato in contatto con qualcuno che è risultato positivo al COVID-19 dopo la firma di questa dichiarazione.

Nome Completo	Data	Nome Completo del Genitore/Tutore (se applicabile)	Data
_____	_____	_____	_____
Firma		Firma	
_____		_____	

DICHIARAZIONI AGGIUNTIVE / COVID-19

- ACCONSENTO, se mi viene richiesto, ad indossare una mascherina protettiva durante la partecipazione a tutte le attività organizzate da Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle, e ad adottare tutte le ragionevoli misure di prevenzione che mi potrebbero essere richieste da Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle, o da qualsiasi autorità pubblica competente.
- ACCONSENTO ad osservare tutte le istruzioni fornite da Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle con lo scopo di ottemperare alle norme vigenti sulla prevenzione della trasmissione del virus, inclusa la necessità di sottoporsi alla misurazione della temperatura corporea, qualora mi fosse richiesto, prima di partecipare alle attività subacquee.
- RICONOSCO e ACCONSENTO che questo questionario venga condiviso da Associazione Sportiva Dilettantistica Amici di Bolle con le autorità o fornitori di servizi competenti, con lo scopo di garantire la sicurezza di qualsiasi terza parte che possa essere stata a contatto con me prima, durante o dopo lo svolgimento delle attività subacquee.

Nome Completo	Data	Nome Completo del Genitore/Tutore (se applicabile)	Data
_____	_____	_____	_____
Firma		Firma	
_____		_____	



INFORMATIVA PRIVACY

Ti informiamo che i tuoi dati personali e quelli medici rientranti in particolari categorie di dati sono trattati nel rispetto della normativa dell'Unione Europea G.D.P.R. n°679/2016.

L'informativa ti è stata sottoposta all'atto della richiesta di adesione all'Associazione. È possibile richiederne una copia in qualunque momento.

Il consenso al trattamento dei dati è necessario sia per gestire le attività ed i servizi che erogiamo sia per garantire che ciò avvenga nel rispetto delle indicazioni fornite dalle Autorità.

AUTORIZZO il trattamento di dati medici - particolari categorie di dati

Nome Completo _____ Data _____

Firma _____

Nome Completo del Genitore/Tutore (se applicabile) _____ Data _____

Firma _____

AUTORIZZO il trattamento di dati personali

Nome Completo _____ Data _____


Firma _____

Nome Completo del Genitore/Tutore (se applicabile) _____ Data _____

Firma _____




h) 8 steps PADI



Eight Simple COVID-19 Risk Reduction Steps for Divers

COVID-19 primarily spreads by inhaling small droplets exhaled by an infected person (respiratory transmission), and by touching the eyes, nose and/or mouth after touching something an infected person touched or sneezed/coughed on (contact transmission). By staying aware of both, risk-reduction is usually straightforward. Keeping things simple usually works well.

- 1. Don't go diving if you have or may have (symptoms), or have been exposed to any infectious disease. Isolate until healthy and clear according to medical advice.**
- 2. Support the space program.** On the surface and out of the water, apply social distancing and give each other the local minimum required separation.
- 3. Keep your dirty mitts off!** Sanitize/wash your hands before and after touching any dive gear (including your own), even if touching was in/underwater. Don't touch someone else's gear unless absolutely necessary. It's not clear that immersion reduces COVID-19 contact risk, so assume that it doesn't. Note: Recommended hand sanitizers are 60%+ alcohol and highly flammable. Do not use hand sanitizer near oxygen nor a fire source. Be sure hands are fully dried before using either.
- 4. Don't clam up: Medical mask etiquette.** My mask helps protect you. Your mask helps protect me. Let's wear them instead of being shellfish.
- 5. COVID-19 hates scuba.** Your mask reduces eyes and nose contact-risk, and keeping it on is the best habit whenever you're in the water anyway. Breathing from a regulator reduces your respiration transmission risk.
- 6. Be a lean, clean, sanitary machine.** Use defog. Disinfect masks, snorkels, regulators and BCDs before another person uses them, and before storing them. Don't sling the . . . stuff . . . out of your mask after a dive. Rinse it somewhere appropriately. Avoid spitting/blowing nose etc. into the water where others will be/are. Use tissues and discard them appropriately. Wash/sanitize your hands after touching high contact surfaces like railings, door pulls, safety handles, etc.
- 7. Sharing air is bad.** At the surface. Diving, dive gear and wind affect the direction and distance our exhalations travel. Stay aware and avoid being on, and having someone on, the "receiving end" when clearing snorkels, breathing hard after freediving, etc. Regulator-breathing helps protect you, but your exhalations might affect someone who's too close and not using a regulator.
- 8. But sharing air might be really important underwater.** So, don't test breathe your alternate second stage. Test purge it during checks, but leave it disinfected in case someone needs it. Or, test breathe it, then re-disinfect it.





i) PADI Best practices to reduce transmission risks



PADI Dive Center/Resort/Dive Boat Best practice per ridurre il rischio di trasmissione COVID-19

In qualità di professionisti delle immersioni più richiesti al mondo, i Dive Centers, i Resorts e le Dive Boats PADI stanno preparando le loro operazioni per riprendere con cura le operazioni di immersione, addestramento e business, riducendo in modo responsabile il rischio di trasmissione COVID-19 e garantendo come priorità la salute e la sicurezza del loro personale e dei clienti.

Sebbene nessuna azienda possa garantire il rischio zero, implementare una politica proattiva per gestire e ridurre la minaccia di COVID-19 e implementarla in modo coerente, è la chiave per ridurre il rischio di diffusione di questa malattia. La formazione del personale sulla disinfezione COVID e le procedure di riduzione del rischio garantiscono entrambi che prendi sul serio la salute e la sicurezza e dimostrano che ti aspetti un'attenzione particolare a questi argomenti. Comunicare la tua politica ai tuoi clienti garantisce loro il tuo interesse a proteggere la loro sicurezza e sviluppa la fiducia nel tornare alle immersioni con il tuo Centro. La maggior parte degli operatori subacquei ritiene che con un po' di premura e poche risorse, possono rendere la riduzione del rischio COVID-19 parte delle loro normali pratiche commerciali senza un onere significativo.

Utilizza le seguenti risorse per iniziare, o per controllare ciò che è hai già fatto.

Consigli per le immersioni

1. Utilizza le linee guida COVID-19 per la riduzione del rischio nelle immersioni e le linee guida di addestramento di seguito riportate nei tuoi corsi PADI, esperienze e briefing sulle immersioni.
2. Download, stampa e pubblica [Eight Simple Steps COVID-19 Risk Reduction for Divers \(available on the PADI COVID-19 Member Hub\)](#) sul tuo website and esponila nel tuo diving e sulle barche per ricordare ai divers delle best practice raccomandate.
3. Vai al tuo PADI Regional Headquarters COVID-19 Hub sul sito PADI Pros' Site ([Training Bulletin/Training News](#) alla fine della pagina) per trovare la serie di webinar business survival – live and registrati e seminari di training specifici per aiutarti durante l'attuale crisi e prepararti a ripartire più forte di prima. Trova anche altre soluzioni di business.
4. Divers Alert Network Europe ([daneurope.org](#)) ha pubblicato [COVID-19 and Diving Operations: 10 Recommendations on Risk Prevention and Mitigation](#), che suggerisce pratiche informazioni su questi argomenti rilevanti:
 - Quali misure dovrebbero essere adottate per la sicurezza dei clienti e del personale?
 - Come devono essere gestite le operazioni di disinfezione?
 - Qual è il modo migliore per gestire il controllo della contaminazioni delle attrezzature a noleggio?
 - Come deve essere effettuato il risciacquo dell'attrezzatura subacquea di proprietà del cliente?
 - Quali misure di protezione dovrebbero essere prese su barche e gommoni?
 - In che modo è possibile gestire in sicurezza il controllo del compagno e la condivisione del gas?
 - Come si possono gestire le ricariche di bombole in modo sicuro?
 - Primo soccorso e CPR: come gestire un'emergenza?
 - Il virus può sopravvivere in acqua?
 - Quali procedure operative e piano d'azione di emergenza si applicano durante questa pandemia?
5. DAN America assicura risposte alle domande frequenti che riguardano le [Dive Operations and COVID-19 – Prepping for Return](#) al sito [diversalertnetwork.org](#).
6. Per informazioni sulla disinfezione delle attrezzature subacquee e sui prodotti [Disinfection of Scuba Equipment and COVID-19](#) da DAN al sito [diversalertnetwork.org/covid-19](#).



Riduzione del rischio COVID-19 in addestramento e in immersione

Come ogni altra attività a breve termine, ridurre il rischio di trasmissione di COVID-19 è una pratica importante nell'immersione, con alcune considerazioni specifiche. Fortunatamente, la previdenza e alcuni semplici adattamenti soddisfano questa esigenza senza essere eccessivamente complessi o onerosi.

Solo il personale e gli studenti in buona salute dovrebbero fare immersioni e/o frequentare le lezioni. Questo non è diverso da qualsiasi momento in passato, ma è particolarmente importante ora. Inoltre, coloro che potrebbero essere stati esposti alla COVID-19 (o ad altre malattie trasmissibili) dovrebbero evitare gli altri fino a quando non sarà chiaro che non vi è alcun rischio di trasmissione come consigliato dai professionisti medici.

Suggerimenti per la riduzione del rischio di trasmissione di malattie generali

I principali problemi di rischio di trasmissione con COVID-19 (e altri virus respiratori come l'influenza) sono la respirazione (inalando le goccioline dall'espiazione di un'altra persona, specialmente se la persona tossisce, starnutisce o parla) e la trasmissione attraverso il contatto (toccando una superficie infetta e quindi toccando il viso/naso). Stando attenti, la riduzione del rischio è di solito semplice. Mantenere le cose semplici di solito funziona bene. Questo documento suggerisce pratiche, procedure e suggerimenti basati sulle raccomandazioni mediche prevalenti, ma potrebbero esserceltri modi per ridurre il rischio di trasmissione.

Mentre si prevede che tali misure riducano sostanzialmente il rischio di trasmissione della malattia, gli studenti e il personale addetto alle immersioni devono accettarlo, proprio come quando vanno ovunque siano presenti le persone, permangono alcuni rischi. Per briefing, check-in etc., Seguire i requisiti e le pratiche locali per le distanze e le maschere mediche per ridurre il rischio di scambio respiratorio. In caso di dubbio, sii prudente. Utilizzare i tessuti (e smaltirli correttamente) se si deve tossire o starnutire, quindi lavarsi/disinfettare le mani. Allo stesso modo, i subacquei possono settare le proprie attrezzature, etc.

Presta attenzione ai modelli di respirazione, direzione e brezza/vento per ridurre i problemi di trasmissione respiratoria. L'immersione cambia il modo in cui respiriamo, come respirare a fondo dopo un'apnea o mentre si svuota dall'acqua uno snorkel. Gli erogatori aiutano a proteggere l'utente, ma non quelli che potrebbero essere abbastanza vicini da respirare il respiro espirato dell'utente. L'angolo dello snorkel che espira dietro la testa, che può essere vantaggioso o svantaggioso in diverse circostanze. Il vento può portare il respiro espirato più lontano, lontano dagli altri o verso di loro. Regola le direzioni, le distanze, le posizioni, ecc. del sub per tenere conto della respirazione.

Nell'acqua in superficie, il personale che galleggia e gli amici possono rimanere opportunamente distanziate comunque raggiungibile secondo la linea guida in due secondi. Tieni presente che, come sempre, il livello e le condizioni delle abilità degli studenti influenzeranno la tua capacità di controllare i sub in superficie. Con i subacquei più distanziati in superficie, i galleggianti di superficie vicino ai subacquei possono essere utilizzati per un maggiore conservativ, riduci i rapporti e/o aggiungi assistenti se necessario per controllo, in modo che i subacquei possano essere più distribuiti ma rimanere ben supervisionati.

Sott'acqua, il distanziamento non è necessario. L'immersione presenta un vantaggio rispetto alla riduzione del rischio in quanto la respirazione dalla bombola riduce sostanzialmente i problemi di trasmissione respiratoria in superficie e sott'acqua. Questo è ovviamente importante sott'acqua perché uno stretto contatto è importante per la sicurezza, il controllo, la condotta delle abilità ed il buddy-system.

Lavare o disinfettare le mani frequentemente, tenere le maschere e non toccare il viso, per ridurre il rischio di trasmissione. I subacquei dovrebbero evitare di toccarsi l'un l'altro, ma a volte è necessario prima, durante o dopo un'immersione. Ciò è particolarmente vero per le competenze, incluso l'uso di fonti d'aria alternative e CESA, nonché per le emergenze reali. Quindi, la migliore pratica è per i subacquei di lavarsi/disinfettare le mani prima e dopo aver toccato la propria attrezzatura e quella di qualcun altro, il che significa prima e dopo l'immersione nella maggior parte dei casi. Si noti che essere in acqua può ridurre il rischio di trasmissione dei contatti, ma gli esperti rimangono divisi sulla inattivazione del COVID-19 in particolare, quindi si raccomanda un approccio conservativo.

Usa voce gesti e segnali per i rinforzi positivi. Sebbene le strette di mano, i cinque e altri gesti di contatto siano modi tradizionali per dire agli studenti che hanno fatto bene, sostituiscili con segnali verbali di rinforzo (in superficie) e segnali di "buon lavoro" sott'acqua.



Disinfezione specifica per il diving. Maschere, snorkels, erogatori, gonfiaggio a bocca del GAV e ogni cosa che sarà condivisa deve essere disinfettata dopo l'uso. DAN ha rivisto i disinfettanti in un webinar (<https://www.facebook.com/DiversAlertNetwork/videos/2870342669749405/>) e dato consigli al link: [Disinfection of Scuba Equipment and COVID-19](#)

Utilizzare tutti i disinfettanti in base alla resistenza consigliata dal produttore e ai tempi di immersione specificata COVID-19. Le soluzioni disinfettanti sono dannose per l'ambiente, quindi smaltirle correttamente secondo le linee guida locali.

Il US Center for Disease Control (CDC) e altre fonti raccomandano di produrre e utilizzare una soluzione di cloro da 1000 ppm da candeggina domestica non scaduta e acqua fredda:

- 22 ml di candeggina per 1 litro d'acqua

Immergere (non semplicemente spruzzare) in questa soluzione per cinque minuti (le autorità differiscono, cinque minuti è il più conservativo), quindi risciacquare abbondantemente con acqua non contaminata. Asciugare, imballare e conservare le attrezzature in un sacchetto o contenitore disinfettato con le mani lavate/igienizzate.

Note: Non mescolare mai la candeggina con altri prodotti chimici / detergenti, poiché potrebbero derivarne gas altamente tossici. Indossare protezioni per le mani e gli occhi durante la miscelazione e l'uso di soluzioni disinfettanti, sempre in un'area ben ventilata. Prepara nuove soluzioni quotidianamente e dopo un uso moderato. L'alluminio può essere rovinato dal contatto con la candeggina se non viene risciacquato, quindi risciacquare immediatamente dopo l'immersione di cinque minuti. Non usare candeggina in corrugati CCR e altri componenti del circuito respiratorio se non diversamente indicato dal produttore. Disinfettare i corrugati secondo le istruzioni del produttore.

Compagni/studenti non isolati hanno più tolleranza. Coppie, famiglie e altre persone già socialmente esposte l'una all'altra hanno una maggiore tolleranza nelle restrizioni di distanza/contatto. Questo può essere vantaggioso nell'addestramento e nell'amicizia, ma è comunque importante ridurre il rischio di trasmissione tra quelli "dentro" e "fuori" gli accoppiamenti/gruppi.

Stai preparato per le emergenze. Tutto il personale dovrebbe disporre di maschere respiratorie di salvataggio. Le maschere che non si bagnano dovrebbero contenere le valvole (le valvole si guastano quando sono bagnate). I kit di pronto soccorso/O2 dovrebbero avere più maschere respiratorie di salvataggio, maschere mediche, guanti e disinfettanti per consentire risposte rapide a problemi reali senza aumentare significativamente il rischio di trasmissione. I subacquei e il personale devono accettare che rispondere a un'emergenza reale può aumentare il rischio di trasmissione della malattia per la vittima e/o il soccorritore/i.

Pensaci e usa il buon senso. I subacquei dovrebbero usare disappannanti, non la saliva. Le vasche di risciacquo condivise per gli attrezzi personali sono altamente scoraggiate; se usate, l'acqua e gli attrezzi in essi contenuti dovrebbero essere considerati "contaminati" fino a quando non viene disinfettato separatamente. (Nota: le vasche di risciacquo per accessori come le fotocamere sono molto meno un problema, ovviamente, ma sono comunque pericolose perché le mani non lavate possono contaminare l'acqua di risciacquo.) Centri di immersione, spogliatoi, ecc., dovrebbero seguire le distanze sociali, la maschera medica e le pratiche locali di disinfezione. Dopo che qualcuno prova una maschera da sub, disinfettala (ad esempio utilizzando salviettine disinfettanti o una soluzione di disinfezione). Immergiti in modo più prudente per ridurre ulteriormente la possibilità di un incidente che richiederebbe servizi medici di emergenza.



Suggerimenti e tecniche del corso

Ecco alcuni suggerimenti e tecniche (non necessariamente gli unici modi) per abilità/situazioni specifiche:

Open Water Diver Course

Skill/Situazione	Suggerimento
Montaggio Attrezzatura	Pulire o disinfettare le mani prima e dopo il montaggio; non testare respirare la fonte di aria alternativa disinfettata (o, in tal caso, disinfettarla nuovamente). Per ridurre il rischio di contaminazione dei gas, evitare il contatto con le aperture della valvola della bombola e le aperture del primo stadio dell'erogatore e la polvere. Pulire/disinfettare le mani prima di cambiare gli o-ring.
Indossare l'attrezzatura ed Entrata	Opzioni senza contatto: seduti per poi entrare in acqua; mute che non richiedono assistenza da parte del personale; il personale/compagno indossa la maschera e respira dall'erogatore mentre assiste.
Fonte d'aria alternativa	Disinfetta i secondi stadi della fonte di aria alternativa prima della pratica dell'abilità. Pianifica chi si eserciterà con chi, quindi solo una persona usa ogni secondo stadio fonte d'aria alternativa. Ciò evita di dover emergere e disinfettare nuovamente per completare l'esecuzione delle abilità. Quando si lavora con un numero dispari di studenti, questo metodo funziona: inizia l'abilità con gli studenti di fronte a te in una linea/semicerchio. Inizia a sinistra con i primi due studenti. Quello a destra è senza aria e quello a sinistra è il donatore. Dopo aver completato l'abilità, il donatore si sposta alla fine della linea all'estrema destra. Lo studente che era senza aria è ora il donatore alla tua sinistra, e il prossimo studente alla tua destra è il ricevente. Ripeti il processo, con lo studente a sinistra che è sempre il donatore e quello a destra sempre il ricevente. Quando si arriva alla fine della linea, quel primo studente che era il donatore è ora un ricevente e hai finito. Ciò è particolarmente utile in acque libere per evitare la necessità di risalire in superficie per disinfettare nuovamente la fonte d'aria alternativa. Se necessario, puoi fare in modo che uno studente completi l'abilità utilizzando la fonte di aria alternativa disinfettata del tuo assistente certificato. Quando conduci l'abilità in acque libere, fai attenzione alle responsabilità di supervisione se abbinati uno studente con te stesso per alternare le capacità delle fonti aeree riduci i rapporti o utilizza altre misure di controllo. Per le Fonti D'aria alternativa sui corrugati dei GAV, è necessario eseguire alcune simulazioni per evitare di condividere lo stesso secondo stadio senza disinfezione tra gli utenti: Il metodo preferito è aggiungere un secondo stadio disinfettato in più al primo stadio dell'erogatore che si stacca dalla destra del sub come il secondo stadio primario. Dopo aver ricevuto il segnale "condividi aria", il donatore e il ricevente si collegano e posizionano come farebbero per uno scambio reale. Il donatore passa il secondo stadio extra non utilizzato e disinfettato al ricevente, simulando di ricevere quello sul corrugato. Il ricevente respira dal secondo stadio in più

11 Maggio 2020 v1.2

4



	<p>e il donatore passa all'erogatore sul corrugato come farebbero normalmente. Dopo l'esercizio, il donatore torna a respirare dal secondo stadio primario che stava usando prima dell'esercizio. Il secondo stadio aggiuntivo rimane inutilizzato fino alla disinfezione dopo l'immersione.</p> <p>Se non riesci ad aggiungere un secondo stadio, uno scambio simulato può essere utile ed è accettabile. Dopo aver ricevuto il segnale "condividi aria", il donatore e il ricevente si collegano e si posizionano come dovrebbero per uno scambio reale. Il donatore estende il secondo stadio dalla bocca e il ricevente lo prende, spurga come se respirasse, ma non respira da esso. Al contrario, il ricevente rimuove e sostituisce il proprio secondo stadio primario. Nel frattempo il donatore passa all'erogatore sul corrugato come farebbe normalmente. Poiché non c'è una frusta che collega i due subacquei come in uno scenario reale, assicurare il sistema di coppia (usando un braccio) è un punto focale usando questa tecnica.</p>
Gonfiaggio GAV a bocca superficie	Coloro che non fanno l'abilità rimangono distanti usando l'erogatore ma a portata di mano. Ricorda che i GAV che sono stati gonfiati per via orale dovranno disinfettare i sacchi interni prima dell'uso da parte di un altro subacqueo.
Nuotare in superficie	Usa erogatori per il nuoto in superficie, o snorkels lontano da altri subacquei; per gli esercizi di snorkeling, i compagni si alternano, con il compagno di snorkeling posizionato con l'apertura dello snorkel puntata lontano da altri subacquei. Mantieni uno spazio adeguato tra le coppie.
Uscite	I subacquei in uscita mantengono le loro maschere fino a quando sono fuori dall'acqua e distanti dagli altri. Risciacquare i secondi stadi, la maschera quando si è a terra o in movimento, l'acqua del risciacquo scorre lontano da sé e dagli altri. Evitare di toccare il viso dopo aver rimosso la maschera fino a quando le mani non sono disinfettate e/o non sono disponibili asciugamani disinfettati.
Controllo Pre-Immersione	Effettuarlo visivamente/verbalmente, distanziati. I team subacquei possono indossare maschere, respirare dagli erogatori e avere le mani disinfettate se necessario contatto (ad es. conferma apertura valvola). Alcuni controlli possono cambiare impostazione (ad esempio, le coppie si guardano a vicenda aprendo le valvole).
Cinque Punti di discesa	Sostituisci lo snorkel con l'erogatore mentre sei distante e galleggiando, quindi avvicinarti per la discesa.
Superficie	Stabilire assetto positivo e distanziarsi prima di passare allo snorkel. Rimanere sull'erogatore quando appropriato.
Skills con svuotamento snorkel	Dopo aver assicurato assetto positivo, gli studenti si esercitano mentre sono socialmente distanti tra loro e dallo staff. Chiedi agli studenti di espirare con lo snorkel puntato lontano dagli altri.
Togliere rimettere e svuotare la maschera	Se una risalita in panico richiede contatto e emersione, l'istruttore continua con la maschera sul viso, respira dall'erogatore. Dopo aver assicurato assetto positivo e sicurezza in superficie, l'istruttore indietreggia per impartire istruzioni vocali se necessario.



Esercizio di Esaurimento Aria - chiusura della bombola	La preoccupazione è la trasmissione del virus, quindi tutti disinfettano le mani prima e dopo il contatto con le valvole.
Togliere e rimettere l'attrezzatura in superficie	Per prima cosa assicurate assetto positivo (restare sull'erogatore fino alla rimozione dei pesi). Compagni/staff indietro sui loro erogatori, mentre lo studente pratica l'esercizio senza erogatore.
Traino	Disinfetta le mani. Entrambi i subacquei usano l'erogatore e simulano il passaparola se lo scambio respiratorio è un problema (a seconda del traino, della direzione del vento, ecc.)
Nuoto senza maschera	Avere studenti con mani pulite/igienizzate. Ricorda agli studenti di evitare di toccare il viso con mani non lavate.

Skills degli altri Corsi

Adaptive Support Adventure Dive	Lavare/disinfettare le mani prima e dopo i contatti personali. Respirare dagli erogatori quando vicino. Avere qualcuno non isolato per aiuto allo studente. I manichini del bagnino (a grandezza naturale) possono essere usati per la pratica di questa abilità.
Full Face Mask Adventure Dive	Seguire i consigli sulla disinfezione del produttore della maschera.
Sidemount Adventure Dive	Perché i subacquei usano tutti l'erogatore durante l'immersione e per la condivisione di gas: l'opzione preferita è aggiungere 1 o più secondi stadi aggiuntivi (frusta più corta) che il sub usa. Per la condivisione del gas, passano all'altra bombola e passano dal secondo stadio della frusta lunga disinfettato. In alternativa, è possibile utilizzare un metodo simulato come precedentemente descritto per il Fonti d'aria alternativa sui GAV (vedere Uso di fonti d'aria alternative nel corso Open Water Diver).
Sub Stanco/Panico	Disinfetta le mani prima e dopo ogni esercizio, fai scambi verbali a distanza, consenti al soccorritore/alle vittime di usare l'erogatore, di tenere le maschere durante la pratica, anche quando la "vittima" potrebbe toglierla (in preda al panico).
Sub/Freediver inconscio in Superficie	Lavare/disinfettare le mani e il viso prima e dopo ogni skill. L'opzione più semplice è accoppiare compagni non isolati. Utilizzare maschere respiratorie di salvataggio (la valvola può essere utilizzata se può essere asciugata), ciascuna specifica per un solo studente. Tutti i subacquei devono essere molto consapevoli delle direzioni di espirazione. I soccorritori non entrano in contatto con le labbra con la maschera di respirazione di salvataggio e dopo la dimostrazione soffia nella maschera, gira la testa ed espira lontano dalla vittima. Per la pratica bocca a bocca, le opzioni includono: <ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare una maschera respiratoria di salvataggio sulla vittima, ma usare la tecnica a bocca (cioè pizzicare il naso durante le insufflazioni) e seguire le procedure indicate nella tecnica della maschera respiratoria di salvataggio.



	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizzare gli schermi facciali comunemente usati con i manichini CPR durante l'esercizio per evitare il contatto pelle a pelle. I soccorritori non entrano in contatto con la bocca ed espirano lontano dalla vittima. • Simula la rimozione della maschera della vittima, ma lasciala in posizione. Questo evita che il soccorritore debba toccare il naso della vittima direttamente. Ancora una volta, i soccorritori e le vittime evitano di respirare l'uno verso l'altro.
Freediver blow-tap-talk	Per respirare durante un blow-tap-talk (apnea), simula la rimozione della maschera della vittima per evitare il contatto diretto con il naso. Quando soffia, guarda lontano dalla vittima ma indica "soffiando sul volto della vittima" invece che effettivamente facendolo.
EFR Primary/Secondary Care e uso dell'ossigeno d'emergenza	<p>Durante la RCP, il primo soccorso e l'uso dell'ossigeno d'emergenza, evitare il contatto e mantenere le distanze sociali può essere più difficile. I partecipanti possono ridurre il rischio indossando maschere mediche e usando barriere, igienizzando/ lavandosi spesso le mani e rimanendo consapevoli. Le salviette disinfettanti sono utili per disinfettare le maschere di ossigeno e altre superfici di contatto (sempre seguendo le istruzioni del produttore). Disinfetta tutto dopo le lezioni.</p> <p>Nota: i disinfettanti per le mani raccomandati sono al 60% + alcool e altamente infiammabili. Non usare disinfettante per le mani vicino all'ossigeno né a una fonte di fuoco. Assicurarsi che le mani siano completamente asciutte prima di utilizzare l'una o l'altra.</p> <p>Per l'addestramento alla RCP di una sola persona, fornire a ogni studente un singolo manichino che sarà completamente disinfettato (inclusa la sostituzione dei polmoni) secondo le raccomandazioni del produttore prima dell'uso da parte di un'altra persona e dopo l'allenamento. Assicurare l'uso della maschera medica e il distanziamento sociale tra gli studenti. Manichini CPR in genere richiedono la disinfezione della testa e del torace e l'eliminazione del sacco polmone. Segui questi link per risorse specifiche sull'igiene del manichino:</p> <ul style="list-style-type: none"> • United Kingdom • American Heart Association • Australian Resuscitation Council/New Zealand Resuscitation Council
Scenari EFR and Rescue	Il distanziamento sociale diventa più difficile man mano che lo scenario diventa più realistico, quindi consiglia agli studenti di prestare attenzione ed applicare in modo prudente i passaggi che riducono il rischio di trasmissione. Permetti "time out" per indossare maschere mediche, disinfettare le mani, etc. secondo le necessità. Sottolinea che è accettabile una distanza maggiore di quella che verrebbe utilizzata in una vera emergenza. Avere i manichini CPR al posto degli umani durante uno scenario di salvataggio è un'opzione utile.
Freediving pre dive & recovery breathing	Prestare attenzione alla direzione della respirazione, al vento e alla vicinanza durante l'espirazione e le insufflazioni quando i subacquei tendono a respirare più profondamente e talvolta con maggiore forza.



Raccomandazioni e requisiti locali generali per le operazioni di immersione

- Assicurati di seguire prudentemente le restrizioni locali in materia di distanza sociale, i requisiti delle maschere mediche e altre raccomandazioni e requisiti dettati dal governo locale.
- Verificare con il proprio ufficio di vendita al dettaglio locale o altro organo di consulenza per le linee guida relative alle imprese e altre risorse per aiutarti a impegnarti nel business mentre affronti le precauzioni di COVID-19. Ad esempio, consultare la National Retail Foundation negli Stati Uniti, "Operation Open Doors - Path to Reopen Retail", inclusa una guida su riaperture graduali, inclusi i problemi di distanza sociale e sicurezza, e su come riportare i dipendenti al lavoro:

Considerazioni sul Diving Center e la Classe

Le stesse linee guida per la disinfezione e il distanziamento sociale ampiamente utilizzate nella maggior parte delle aree accessibili al pubblico si applicano a un'operazione di immersione.

Seguire i requisiti di distanziamento sociale e richiedere al personale e ai visitatori di indossare maschere mediche come appropriato in base alle linee guida locali.

Avere prontamente disponibile un disinfettante, tranne nei casi in cui è possibile utilizzare ossigeno (durante la miscelazione del gas) e alte fonti di calore, a causa del rischio di incendio. In queste aree, avere visitatori e il personale che si lava le mani regolarmente. Sposta tutte le attività possibili all'esterno della struttura.

Disinfetta regolarmente tutte le superfici. I locali in generale dovrebbero essere disinfettati almeno giornalmente. Disinfetta frequentemente le superfici ad alto contatto come maniglie delle porte, ringhiere, interruttori della luce e così via. Un elenco di controllo per la pulizia programmata può essere utile in operazioni più grandi per essere certi che non si perda nulla e che si verifichi regolarmente. Esistono molte salviette disinfettanti e soluzioni che funzionano bene, ma controlla i consigli del produttore per articoli come tastiere e schermi di computer.

I subacquei provano oggetti come le maschere prima dell'acquisto o del noleggio, quindi devono avere un mezzo adeguato per disinfettarli. Fateli disinfettare/lavare le mani prima di provare qualsiasi attrezzatura. Stampare e inviare copie degli Otto semplici passaggi COVID-19 per la riduzione dei rischi per i subacquei (disponibili sull'hub dei membri PADI COVID-19) per incoraggiare le pratiche appropriate tra i subacquei. Mettiti sul pavimento dello showroom, nelle aule, sui mezzi di locomozione e sulle imbarcazioni.

Come accennato in precedenza, per evitare che i virus entrino nei sistemi respiratori, il personale deve lavare/disinfettare le mani prima di caricare le bombole, riparare valvole o erogatori o sostituire gli o-ring. Tutti i subacquei dovrebbero evitare di toccare le prese della valvola, toccare le aperture delle fruste o gli ingressi dell'erogatore. I produttori di compressori possono disporre di informazioni utili sulla riduzione del rischio di trasmissione della malattia nelle stazioni di rifornimento. Per Esempio – <https://www.bauer-kompressoren.de/b-virusfree>.

Le attrezzature a noleggio richiedono un'attenzione specifica alla disinfezione. Tenere le apparecchiature disinfettate e non disinfettate ben separate. Conservare le apparecchiature disinfettate in contenitori chiusi per proteggerle dalla contaminazione. Solo il personale autorizzato con le mani lavate/disinfettate deve maneggiare l'attrezzatura a noleggio.

I subacquei dovrebbero avere singole stazioni di risciacquo per le loro attrezzature. Le aree di asciugatura dovrebbero avere abbastanza spazio per consentire all'equipaggiamento di ciascun subacqueo di asciugarsi separatamente.

Nelle aule, impostazione dello spazio per il distanziamento sociale. Disinfettare banchi / tavoli regolarmente, nonché prima e dopo ogni utilizzo.

Considerazioni sull'immersione in barca

A seconda delle dimensioni della barca e del numero di sub, la nautica in generale può rendere più difficile il distanziamento sociale e le superfici di contatto elevate sono comuni. Questi includono scale, ringhiere, sedili e altre superfici usate per stabilizzarsi. Quanto segue può aiutare a mantenere basso il rischio di contagio.

- Rispettare le distanze sociali. Ciò può significare ridurre il numero di passeggeri. Nota gli effetti del vento e⁸ quelli passeggeri spesso vogliono evitare il sole o essere al sole, a seconda del tempo. Avere tutti a bordo indossare maschere mediche può aiutare a ridurre il rischio.



- Avere un disinfettante per le mani per i passeggeri.
- Se possibile, i subacquei installano le attrezzature prima dell'imbarco, con maschere e boccagli tenuti in una sacca da immersione fino al momento del loro utilizzo. (L'idea è di ridurre le opportunità di trasmissione accidentale dei contatti).
- Se necessario, prolungare la linea di demarcazione per consentire l'allontanamento in attesa dell'uscita.
- Non consentire i secchi di risciacquo per maschere e attrezzatura.
- Incoraggiare il conservativismo extra tra i subacquei.

COVID-19 ci fa cambiare il modo in cui pensiamo e come facciamo le cose, e talvolta ci sono molti dettagli. Ma nulla di tutto ciò è particolarmente difficile se formiamo alcune nuove abitudini e pratiche, le prendiamo sul serio e le rispettiamo rigorosamente fino a quando COVID-19 non passerà.

Resources and References

[Australian Resuscitation Council](#)/[New Zealand Resuscitation Council](#) Cross Infection Risks and Manikin Disinfection

[American Heart Association Equipment Decontamination Guidelines for CPR Training](#)

[CDC \(Centers for Disease Control and Prevention\)](#)

DAN (Divers Alert Network) and DAN Europe

[COVID-19 and Diving Operations PDF](#)

[Disinfecting Scuba Equipment webinar](#)

[Disinfection of Scuba Equipment and COVID-19](#)

[Dive Operations and COVID-19: Prepping for Return](#)

[NRF \(National Retail Federation\)](#)

PADI Resource Hubs

[PADI Americas](#)

[PADI EMEA](#)

[PADI Asia Pacific](#)

[United Kingdom European Resuscitation Council](#)

[WHO \(World Health Organization\)](#)