



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA



# COVID-19 e ambienti educativi



COVID 19 Fase 2

Materiale adattato dal documento: "Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools" March 2020 a cura di: Direzione centrale salute politiche sociali e disabilità

## COS'È COVID-19?

COVID-19 è una malattia causata da un nuovo tipo di coronavirus.

'CO' sta per corona, 'VI' per virus, e 'D' per disease (=malattia).

Il virus COVID-19 è un nuovo virus collegato alla stessa famiglia di virus della sindrome respiratoria acuta grave (SARS) e ad alcuni tipi di raffreddore comune.

## QUALI SONO I SINTOMI DI COVID-19?

I sintomi possono includere febbre, tosse, rinite, alterazioni del gusto e dell'olfatto, congiuntivite, vomito, diarrea, inappetenza. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite o difficoltà respiratorie. Più raramente, la malattia può portare alla morte. I sintomi più lievi sono simili a quelli dell'influenza: questo è il motivo per cui è necessario testare i soggetti sospetti di COVID-19.

### Come si diffonde?

Il virus viene trasmesso attraverso il contatto diretto con le goccioline respiratorie di una persona infetta (generate attraverso tosse e starnuti). Gli individui si possono anche infettare attraverso il contatto con superfici contaminate dal virus e per essersi toccati il viso (ad esempio, occhi, naso, bocca). Il virus può sopravvivere sulle superfici per diverse ore, ma semplici disinfettanti possono ucciderlo.

### Chi è più a rischio?

Ogni giorno stiamo imparando cose nuove sul COVID-19.

Sappiamo che le persone anziane e/o con malattie croniche, come il diabete e le cardiopatie, sono più a rischio di sviluppare sintomi gravi. Sappiamo inoltre che è possibile essere infettati a qualsiasi età, ma finora ci sono relativamente pochi casi di COVID-19 segnalati tra i bambini.

### Come si cura?

Attualmente non sono disponibili né vaccini per prevenire l'infezione né terapie specifiche: è anche vero che cure precoci ed intensive possono rendere meno grave il decorso della malattia. In tutto il mondo gli scienziati sono impegnati nella ricerca per mettere a punto un vaccino e terapie efficaci.

### Come si può rallentare o prevenire la diffusione del COVID-19?

Come per altre infezioni respiratorie (tipo l'influenza o il raffreddore comune), le misure di prevenzione sono fondamentali. Si tratta di comportamenti quotidiani che includono:

- stare a casa quando si è malati;
- coprire bocca e naso con gomito o con un fazzoletto di carta durante la tosse o starnuti e smaltire immediatamente il fazzoletto usato;
- lavarsi spesso le mani;
- pulire frequentemente superfici e oggetti con cui si viene in contatto.

La protezione dei bambini/ragazzi e delle strutture educative è particolarmente importante.

Sono necessarie precauzioni specifiche per prevenire la potenziale diffusione di COVID-19 negli ambienti ludico ricreativi e scolastici; tuttavia, occorre anche fare attenzione a non stigmatizzare gli studenti e il personale che potrebbero essere stati esposti: infatti, è importante ricordare che il virus non distingue tra confini, etnie, tipo di disabilità, età o genere.

Gli ambienti educativi devono continuare ad essere ambienti accoglienti, rispettosi, inclusivi e di supporto per tutti: le misure di prevenzione adottate possono ridurre il rischio di diffusione del virus fra gli studenti e il personale.

I bambini e i giovani sono potenti agenti di cambiamento e rappresentano il futuro.

Ogni crisi offre l'opportunità di aiutarli a imparare, a coltivare la solidarietà e la compassione e a aumentare la resilienza: questo contribuisce a costruire una comunità più sicura e accogliente. Disporre di informazioni corrette sul COVID-19 li aiuterà a ridurre i timori e le preoccupazioni sulla malattia e a sviluppare la loro capacità di sostenere l'impatto della pandemia sulla loro vita: inoltre, loro stessi possono diventare promotori della prevenzione a casa, a scuola e nella comunità.

Vengono fornite indicazioni e informazioni per la promozione della sicurezza e della salute nei contesti educativi destinate agli amministratori scolastici, insegnanti, gestori di servizi, educatori e altro personale, genitori, familiari e altre persone che si occupano dei ragazzi, ai membri della comunità, nonché agli studenti stessi.

## PERSONALE CHE OPERA NEGLI AMBIENTI EDUCATIVI

### Principi di base:

Seguire le precauzioni di base può aiutare a mantenere la sicurezza dell'ambiente educativo per studenti e personale, ma anche contribuire a contenere la diffusione dell'infezione nella comunità.

### Raccomandazioni generali:

- gli studenti, gli insegnanti e il personale non devono presentarsi se hanno sintomi riconducibili al Covid-19;
- i servizi educativi devono imporre l'igiene regolare delle mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica;
- devono essere seguite le procedure di pulizia ambientale come da indicazioni fornite;
- si deve promuovere il mantenimento della distanza di sicurezza.

### Raccomandazioni specifiche:

#### • Possedere informazioni aggiornate

Conoscere le nozioni di base sulla malattia (COVID-19): i sintomi più frequenti, le possibili complicazioni, come si trasmette e come si può prevenire la trasmissione;

Mantenersi informati basandosi su fonti ufficiali (OMS, ISS) ed eventualmente rivolgersi ai sanitari di riferimento;

Essere consapevoli che attraverso il passa-parola o sul web possono circolare false informazioni (fake-news).

#### • Garantire attività in sicurezza

Aggiornare o sviluppare i piani di emergenza;

Annullare qualsiasi evento/riunione della comunità che di solito si svolge nei locali riservati alle attività educative;

Rinforzare la pratica dell'igiene delle mani e della sanificazione ambientale, garantendo le forniture necessarie;

Predisporre e mantenere postazioni per l'igiene delle mani con sapone e acqua, e posizionare in ogni aula, negli ingressi e nelle uscite, nelle mense e nei servizi igienici i contenitori con il gel a base alcolica;

Pulire e disinfettare i locali, i servizi igienico-sanitari almeno una volta al giorno e in particolare le superfici che vengono toccate da molte persone (corrimano, tavoli da pranzo, attrezzature sportive, maniglie di porte e finestre, giocattoli, sussidi all'insegnamento e all'apprendimento, ecc.);

Introdurre e rimodulare costantemente pratiche per favorire la distanza di sicurezza che possono includere:

- organizzare orari diversificati di accesso e uscita;
- evitare tutte le occasioni di assembramento;
- rimodellare lo spazio a disposizione per garantire la distanza di sicurezza ed evitare contatti non necessari.

- **Conoscere i percorsi da seguire nel caso di malessere di studenti o personale**

Disporre delle procedure pianificate a livello locale e dei contatti telefonici da attivare in caso di necessità;

Identificare modalità appropriate per isolare gli studenti e/o il personale che dovessero manifestare sintomi simil-influenzali, senza creare stigma o allarmismi;

Definire la modalità di comunicazione con i genitori/familiari/operatori sanitari;

Condividere in anticipo le procedure con il personale, i genitori/familiari e i bambini e adolescenti.

- **Promuovere la condivisione delle informazioni**

Coordinare e seguire le indicazioni ricevute dalle istituzioni locali e nazionali;

Ricordare ai genitori/familiari che non devono far accedere al servizio il figlio che sia stato in contatto con una persona risultata COVID-19 positiva e che, in questo caso, è necessario dare comunicazione al proprio Medico/Pediatra e al servizio stesso;

Utilizzare le modalità di comunicazione più appropriate per promuovere la condivisione delle informazioni;

Garantire risposte adeguate alle domande e alle preoccupazioni dei bambini/ragazzi, anche attraverso lo sviluppo di materiali adatti come poster che possono essere collocati su bacheche, nei servizi igienici e in altre posizioni strategiche.

- **Adattare le strategie di gestione del personale appropriate**

Sviluppare politiche flessibili di gestione delle risorse umane che incoraggino il personale a rimanere a casa in caso di malattia o a prendersi cura dei membri della famiglia malati;

Identificare le funzioni e le posizioni lavorative particolarmente critiche e pianificare un programma di sostituzioni in caso di assenze improvvise.

- **Integrare l'educazione alla salute nelle attività quotidiane**

Adottare metodologie e sviluppare contenuti diversificati in base all'età e alle caratteristiche del singolo e del gruppo di bambini/ragazzi;

Inserire momenti di educazione sugli aspetti legati alla salute nella programmazione delle lezioni/attività.

- **Pianificare la continuità dell'apprendimento (per i servizi scolastici)**

In caso di sospensioni temporanee della scuola, sostenere l'accesso a un'istruzione di qualità.

Questo può includere:

Utilizzo di strategie online/e-learning;

Assegnazione di lettura ed esercizi per lo studio a casa;

Organizzazione di follow-up quotidiano o settimanale a distanza con gli studenti;

Rivedere/sviluppare strategie educative per il recupero.

- **Garantire supporto psicosociale**

- Incoraggiare i bambini/ragazzi a esprimere le loro domande e preoccupazioni;
  - Spiegare che è normale che possano provare emozioni diverse e incoraggiarli a parlare con gli educatori/insegnanti se hanno domande o dubbi;
  - Fornire informazioni in modo chiaro e appropriato rispetto all'età;
  - Collaborare nell'identificazione dei bambini/ragazzi in difficoltà e nell'attivare il sostegno nei confronti di studenti e/o personale che mostrano segni di disagio.

- **Sostenere le persone vulnerabili**

- Lavorare in modo integrato con i servizi sanitari e sociali per garantire la continuità di iniziative programmate (come le attività di screening);
  - Considerare le esigenze specifiche dei ragazzi con disabilità e il possibile impatto dell'epidemia COVID-19 nei confronti delle persone più a rischio di emarginazione.

## GENITORI/FAMILIARI E MEMBRI DELLA COMUNITÀ

### Raccomandazioni specifiche:

- **Possedere informazioni aggiornate**

- Conoscere le nozioni di base sulla malattia (COVID-19): i sintomi più frequenti, le possibili complicazioni, come si trasmette e come si può prevenire la trasmissione;
  - Mantenersi informati basandosi su fonti ufficiali (OMS, ISS) ed eventualmente rivolgersi ai sanitari di riferimento;
  - Essere consapevoli che attraverso il passa-parola o sul web possono circolare false informazioni (fake-news).

- **Collaborare con i servizi educativi e sanitari**

- Attenersi alle indicazioni ricevute
  - Tenere a casa il figlio se presenta sintomi simil influenzali, o in famiglia si è verificato un caso certo/sospetto di COVID-19;
  - Avvertire il servizio educativo e il proprio medico/pediatra;

- **Dare informazioni chiare al bambino/ragazzo**

- Spiegare cosa sta succedendo con parole semplici e fornire rassicurazioni;
  - Incoraggiarlo a frequentare i servizi educativi, per favorire la socializzazione e il benessere.

- **Rinforzare gli interventi educativi sulle buone pratiche igieniche**

- Sollecitare a mettere in pratica in tutte le situazioni:

- Igiene delle mani**

- Lavarsi spesso le mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato;

- dopo aver soffiato il naso, tossito, o starnutito;

- dopo essere stati in bagno e ogni volta che le mani sono visibilmente sporche.

- Se l'acqua e il sapone non sono prontamente disponibili, utilizzare il gel per le mani a base di alcol.

- Come lavarsi le mani**

- Fase 1: bagnare le mani con acqua corrente;

- Fase 2: applicare abbastanza sapone fino a coprire le mani bagnate;

- Fase 3: frizionare tutte le superfici delle mani – compresi il dorso delle mani, la zona fra le dita e sotto le unghie per 40-60 secondi;

- Fase 4: risciacquare accuratamente con acqua corrente;



Fase 5: asciugare le mani con un panno pulito e asciutto o un asciugamano monouso, se disponibile.

#### Igiene respiratoria

tossire o starnutire nella piega del gomito o in un fazzoletto di carta (e quindi gettarlo in un bidone chiuso), evitando di toccarsi gli occhi, la bocca o il naso.

#### Essere modelli di comportamento positivo

Adottare le buone pratiche igieniche nelle attività quotidiane, in modo da rappresentare un esempio.

Coinvolgere il figlio nell'esecuzione delle misure di igiene.

### • Aiutare i bambini/ragazzi a far fronte allo stress

Riconoscere i campanelli di allarme:

I bambini possono rispondere allo stress in modi diversi. Le risposte più comuni comprendono difficoltà a dormire, bagnare il letto, riferire dolore allo stomaco o alla testa, comportamenti di rabbia, ritiro o manifestare paura di essere lasciati soli;

Rispondere alle reazioni dei bambini in modo supportivo e spiegare loro che sono reazioni normali a una situazione anormale;

Ascoltare le loro preoccupazioni e prendersi del tempo per confortarli e dare loro affetto, rassicurarli sul fatto che sono al sicuro e elogiarli spesso;

Se possibile, creare opportunità per giocare e rilassarsi;

Mantenere una certa regolarità nell'organizzazione della vita familiare, con la costruzione di routine rassicuranti specie in momenti più delicati (come prima di andare a dormire);

Fornire spiegazioni adatte all'età su ciò che è accaduto, spiegare cosa sta succedendo e dare loro chiari esempi su cosa possono fare per aiutare a proteggere se stessi e gli altri;

Condividere le informazioni su ciò che potrebbe accadere in modo rassicurante.

## BAMBINI/RAGAZZI

In una situazione come questa è normale sentirsi tristi, preoccupati, confusi, spaventati o arrabbiati: sappi che non sei solo!

Parla con qualcuno di cui ti fidi, come il tuo genitore o un educatore in modo da stare meglio e contribuire a mantenere te stesso e chi ti circonda in salute;

Fai domande, ascolta e non ricercare informazioni provenienti da fonti non affidabili (rischio di fake-news);

Proteggi te stesso e gli altri;

Applica le buone pratiche igieniche come lavarsi le mani e starnutire o tossire nella piega del gomito;

Non condividere tazze, bicchieri, stoviglie, cibo o bevande con altri;

Condividi ciò che apprendi con la tua famiglia e gli amici e specialmente con i bambini più piccoli;

Non stigmatizzare i tuoi coetanei o prendere in giro chiunque per il fatto di essere malato: ricordati che il virus non conosce confini geografici, età, genere o livello di abilità;

Parla con i tuoi genitori o con chi vive con te se non ti senti bene e rimani a casa.

Cerca di essere protagonista della tua vita: così potrai contribuire a mantenere in salute te stesso, la tua scuola, la tua famiglia e la comunità.

### Educazione sanitaria specifica per età

Di seguito sono riportati i suggerimenti su come coinvolgere bambini/ragazzi di età diverse sulla prevenzione e il controllo della diffusione di COVID-19.

Le attività dovrebbero essere ulteriormente contestualizzate in base alle esigenze specifiche dei bambini (lingua, livello di abilità, ecc.)

### Minori prima infanzia:

Concentrarsi su comportamenti di buona salute, come lavarsi spesso le mani e tossire e starnutire nella piega del gomito;

Cantare una canzone mentre ci si lava le mani per praticare l'azione in modo corretto; I bambini possono "esercitarsi" lavandosi le mani con il gel;

Sviluppare un modo per monitorare il lavaggio delle mani e la ricompensa per il lavaggio frequente/tempestivo;

Usare pupazzi o bambole per dimostrare sintomi (starnuti, tosse, febbre) e cosa fare se si sentono male (cioè la testa fa male, il loro stomaco fa male, si sentono caldi o molto stanchi) e come confortare qualcuno che è malato;

Chiedere ai bambini di sedersi più distanti l'uno dall'altro, farli esercitare allungando le braccia o "sbattere le ali", per favorire il mantenimento della distanza di sicurezza.

### Minori 3-6 anni:

Ascoltare le preoccupazioni dei bambini e rispondere alle loro domande in modo appropriato all'età; non sopraffarli con troppe informazioni. Incoraggiarli ad esprimere e comunicare i loro sentimenti. Discutere le diverse reazioni che possono sperimentare e spiegare che queste sono reazioni normali a una situazione anormale.

Sottolineare che i bambini possono fare molto per tenere al sicuro se stessi e gli altri.

Introdurre il concetto di distanza di sicurezza (stare più lontano dagli amici, evitare grandi folle, non toccare le persone se non è necessario, ecc.)

Concentrarsi su comportamenti di buona salute, come lavarsi le mani e tossire e starnutire nella piega del gomito.

### Minori 6-10:

Utilizzare esercizi che dimostrino come i microbi in genere possono diffondersi. Ad esempio, mettendo acqua colorata in una bottiglia spray e spruzzando su un pezzo di carta bianca oppure osservare fino a che punto viaggiano le goccioline.

Dimostrare perché è importante lavarsi le mani con acqua e sapone:

ad esempio, mettere una piccola quantità di glitter nelle mani e farle lavare con solo acqua, notare quanto glitter rimane, poi lavare con sapone e acqua.

Chiedere di analizzare dei racconti per identificare i comportamenti ad alto rischio e suggerire di modificare i comportamenti:

per esempio, un insegnante viene a scuola con un raffreddore. Lui starnutisce e si copre il naso con la mano. Poi stringe la mano a un collega, si asciuga le mani dopo con un fazzoletto poi va in classe per insegnare: qual è il comportamento a rischio? Cosa avrebbe dovuto fare?

### Minori 11-13 anni:

Assicurarsi di ascoltare le preoccupazioni degli studenti e rispondere alle loro domande.

Sottolineare che gli studenti possono fare molto per tenere al sicuro se stessi e gli altri.

Introdurre il concetto di distanza di sicurezza.

Concentrarsi su comportamenti di buona salute, come lavarsi le mani e tossire e starnutire nella piega del gomito.

Ricordare agli studenti che possono costruire comportamenti sani per le loro famiglie.

Incoraggiare gli studenti a prevenire e affrontare lo stigma.

Discutere le diverse reazioni che si possono sperimentare e spiegare che queste sono reazioni normali a una situazione anormale.

Supportarli nell'aumento della loro consapevolezza e stimolarli a partecipare attivamente alle iniziative per migliorare la salute.

Chiedere agli studenti di predisporre poster informativi sul tema del COVID-19.

Integrare l'educazione sanitaria nel contesto delle altre materie: ad esempio, l'area delle Scienze può trattare lo studio dei virus, la trasmissione delle malattie e l'importanza delle vaccinazioni;

gli studi sociali possono concentrarsi sulla storia delle pandemie e sull'evoluzione delle politiche di salute pubblica e sicurezza;

le lezioni di alfabetizzazione mediatica possono sviluppare la consapevolezza e dare strumenti per diventare pensatori critici, comunicatori efficaci e cittadini attivi.

### Minori 13-17 anni:

Assicurarsi di ascoltare le preoccupazioni degli adolescenti e rispondere alle loro domande.

Sottolineare che gli studenti possono fare molto per la sicurezza e la salute di se stessi e degli altri.

Introdurre il concetto di distanza di sicurezza.

Concentrarsi su comportamenti di buona salute, come lavarsi le mani e tossire e starnutire nella piega del gomito.

Incoraggiare gli studenti a prevenire e affrontare lo stigma.

Discutere le diverse reazioni che possono sperimentare e spiegare che queste sono reazioni normali a una situazione anormale.

Incoraggiarli ad esprimere e comunicare i loro sentimenti.

Integrare l'educazione sanitaria pertinente in altre materie: le attività nell'area delle scienze possono affrontare lo studio dei germi e dei virus e la trasmissione delle malattie, gli studi sociali possono concentrarsi sulla storia delle pandemie e sui loro effetti secondari e in che modo le politiche pubbliche possono promuovere la tolleranza e la coesione sociale; le attività di alfabetizzazione mediatica possono sviluppare la consapevolezza e dare strumenti per diventare pensatori critici, comunicatori efficaci e cittadini attivi.

Incoraggiarli a progettare l'informazione sul tema del COVID-19 tramite social media, radio o TV.