

telefono 091 81440 02/03
fax 091 81444 46
e-mail dss-umc@ti.ch

Repubblica e Cantone Ticino
Dipartimento della sanità e della socialità
Divisione della salute pubblica

Funzionario
incaricato

**Ufficio del medico cantonale
6501 Bellinzona**

telefono
e-mail

Ai medici
con libero esercizio
nel Cantone Ticino
per il tramite dell'OMCT

Bellinzona

27 novembre 2020

Ns. riferimento

Vs. riferimento

Info med – Coronavirus 23

COVID-19: Isolamento, quarantena e contatti stretti - precisazioni necessarie

Gentile collega,
Egregio collega,

con questa circolare desideriamo ribadire alcuni concetti di base – isolamento, quarantena, contatti a rischio – e fare un po' di chiarezza su alcuni aspetti che ancora si prestano a malinteso.

1. Breve aggiornamento della situazione

Ci troviamo nella 48^a settimana dell'anno e nella 8^a della seconda ondata di Pandemia da SARS-CoV-2. A livello Svizzero e Ticinese i numeri dei nuovi casi confermati sembrano assestarsi e la crescita esponenziale si è arrestata. Il valore di $R(t)$ è ormai inferiore a 1 e il tempo di dimezzamento si assesta attorno ai 14 giorni. Le misure in atto in Ticino sono poco restrittive e la discesa potrebbe essere molto lenta e insidiosa; l'equilibrio è fragile e basta una distrazione per perdere il controllo e invertire nuovamente la tendenza.

Il numero dei ricoveri in ospedale in Ticino appare tuttavia ancora in crescita, sia per numeri relativi (ammissioni) che assoluti (pazienti ricoverati), e non possiamo certo cantare vittoria. Considerato che i ricoveri in terapia intensiva sono poi ancora in crescita e il numero di decessi è ancora importante, non possiamo neanche affermare con certezza che (già) siamo in fase di decrescita di questa seconda ondata. Se è vero che l'impatto sul numero delle ammissioni è spostato di circa una settimana rispetto ai casi delle nuove infezioni, l'assestamento dei nuovi ricoveri sembra tuttavia tardivo. Questo potrebbe essere espressione del fatto che si ammalano più persone anziane e fragili, ma anche che non vengono testati davvero tutti i casi e vediamo solo i decorsi più gravi.

Per controllare questa seconda ondata e permettere di sgravare la pressione su tutte le strutture è importante monitorizzare al meglio l'evoluzione sul territorio, testare, isolare, rintracciare i contatti e metterli in quarantena.

2. Continuate a testare al minimo sintomo e anche quando la positività sembra “ovvia”!

Quando in famiglia ci sono già dei casi positivi, sempre più spesso pediatri e medici di famiglia sconsigliano di effettuare il tampone (sia per gli adulti, sia per i bambini) “*perché tanto è sicuramente positivo*”. Così facendo manca però la prova della (eventuale) positività. Questo modo di fare ci pone in una situazione imbarazzante sia per quanto riguarda il tracciamento di eventuali contatti del “presunto positivo”, sia in prospettiva futura qualora la persona dovesse entrare in contatto con un caso di COVID-19 e idealmente essere messo in quarantena; oppure ancora se p.es. questa persona un mese dopo dovesse avere dei sintomi (per qualsiasi ragione) e fare un tampone che poi non sapremmo più come interpretare.

La regola è sempre la stessa – ora più che mai – e cioè: in presenza sintomi, anche lievi, si esegue rapidamente un test. Sempre! Anche se la persona si trova già in quarantena. È infatti importante individuare, per quanto possibile, tutti i contagi da coronavirus. Si riveda in proposito la *Info-med Coronavirus 16* del 25 settembre 2020 (Test, Test, Test!). Nel caso di bambini sotto gli 11 anni, l'esecuzione del test è subordinata alla presenza di determinati sintomi più importanti (febbre > 38.5°, forte tosse e cattivo stato generale); mentre se il bambino ha avuto un contatto stretto con un caso positivo, un test deve essere fatto anche in presenza di sintomi più “blandi” (raffreddore, mal di gola). Per maggiori dettagli sui test nei bambini vi invito a rivedere la *Info-med Coronavirus 18* del 1° ottobre 2020.

3. Isolamento e quarantena

Queste precisazioni sono la naturale conseguenza del punto precedente. Per poter decidere un isolamento e una quarantena dobbiamo conoscere l'esito del test; ragionare su una possibile o probabile positività senza averne la certezza non è corretto e può essere pericoloso. Sulla base dell'esito positivo del test si prendono decisioni “pesanti” che limitano in maniera sensibile la libertà delle persone, per cui è giusto che tali decisioni siano prese sulla scorta di dati certi.

Isolamento e quarantena sono provvedimenti volti a interrompere le catene di infezione del coronavirus e a contenerne l'ulteriore diffusione. Lo ripetiamo: **chi presenta dei sintomi, anche lievi, deve essere testato e in attesa del risultato è invitato a isolarsi e a evitare ogni contatto con altre persone.** Se la persona risulta positiva deve seguire le istruzioni sull'isolamento emesse dall'UFSP¹.

Di norma l'isolamento a casa termina 48 ore dopo la scomparsa dei sintomi, purché siano trascorsi almeno 10 giorni dalla loro comparsa. Questa durata è però talvolta difficile da calcolare, per esempio quando il test viene fatto solo diversi giorni dopo l'apparizione di sintomi specifici, magari nel frattempo già scomparsi. Quando la situazione non è chiara, il medico dovrebbe limitarsi a dare un'indicazione di massima specificando però che sarà poi l'Autorità cantonale a determinare la durata minima dell'isolamento, così da evitare spiacevoli malintesi in caso di indicazioni potenzialmente contraddittorie tra medico e Contact tracing. Ricordiamo qui ancora una volta che **al termine dell'isolamento** (p. es. prima del rientro al lavoro) **non bisogna fare – anzi sconsigliamo di fare – un test di controllo** (il test PCR può restare positivo a lungo anche se la persona non è più contagiosa, creando incertezza).

Ricordiamo inoltre che la quarantena dura 10 giorni e non è possibile evitare, ridurre la durata o modificarne l'entità usando un test, a prescindere dal tipo.

I contatti stretti (vedi punto 4) di chi è risultato positivo (caso indice) sono posti in quarantena dall'Autorità cantonale per 10 giorni. I 10 giorni si calcolano a partire dall'ultimo contatto col

¹ https://www.bag.admin.ch/dam/bag/it/dokumente/mt/k-und-i/aktuelle-ausbrueche-pandemien/2019-nCoV/merkblatt-selbstisolation-covid-19.pdf.download.pdf/covid-19_istruzioni_isolamento.pdf

caso indice, dove la data del contatto corrisponde al Giorno 0 e la quarantena dura fino al Giorno 10 compreso. In ogni caso, ordinare la quarantena nel quadro del tracciamento dei contatti è di competenza dell'Autorità sanitaria cantonale e viene fatto tramite il servizio di Contact tracing. Il mancato rispetto degli ordini di isolamento e quarantena può avere conseguenze penali.

In caso di contatto stretto, se la persona di contatto ha già avuto un test PCR positivo ufficialmente dichiarato negli ultimi 3 mesi viene esonerata dalla quarantena.

4. Contatti stretti a rischio elevato e contatti a rischio basso

I contatti a rischio elevato sono persone che hanno avuto un contatto stretto con un caso di COVID-19 quando questa persona era già sintomatica o nelle 48 ore precedenti la comparsa dei sintomi. Se la persona risultata positiva non aveva sintomi, il periodo da considerare per la ricerca dei contatti inizia 48 ore prima del prelievo e si estende ai contatti avvenuti con la persona sottoposta al test fino all'inizio del suo isolamento.

Sono per esempio considerati contatti stretti (elevato rischio di infezione):

- persone conviventi nella stessa economia domestica che sono state in contatto a una distanza inferiore a 1,5 metri per più di 15 minuti (una tantum o cumulativamente) con il caso;
- contatto a una distanza inferiore di 1,5 metri e per più di 15 minuti (di seguito o cumulativamente) senza protezione appropriata (p. es. pannello divisorio, mascherina facciale indossata da entrambe le persone). Le mascherine facciali possono essere mascherine igieniche (mascherine chirurgiche) o mascherine in tessuto di fabbricazione industriale che soddisfano le raccomandazioni della Swiss National COVID-19 Science Task Force (marchio Testex). Sciarpe, mascherine autoprodotte o altri tessuti non specifici non sono mascherine facciali e non offrono una protezione sufficiente;
- prestare cure o effettuare una visita medica o un'attività professionale con produzione di aerosol senza utilizzare dispositivi di protezione, indipendentemente dalla durata dell'esposizione;
- contatto diretto, anche fugace, senza dispositivi di protezione con le secrezioni delle vie respiratorie o i fluidi corporei.

Non sono per esempio considerati contatti stretti (rischio di infezione basso):

- le persone che hanno avuto contatti a una distanza inferiore a 1,5 metri per più di 15 minuti utilizzando un dispositivo di protezione (p. es. parete divisoria o mascherina igienica indossata da entrambe le persone);
- le persone che si sono trovate nello stesso luogo di un caso (p. es. sul posto di lavoro), ma che non hanno avuto contatti a distanza inferiore a 1,5 metri per più di 15 minuti complessivi con il caso;
- i contatti tra bambini/allievi in ambito pre-scolastico o scolastico (asilo e scuole elementari);
- il personale medico che si è avvicinato a meno di 1,5 metri dal caso (p. es. per prestare cure o eseguire una visita medica), ma indossando dispositivi di protezione adeguati per tutta la durata del contatto.

Ne consegue che se c'è un caso positivo in famiglia (bambino o adulto), tutta la famiglia (bambini e adulti) va in quarantena. Per contro, il contatto tra compagni di classe all'asilo o alla scuola elementare dove c'è un bambino positivo non è considerato un contatto stretto e dunque i compagni di classe non sono messi tutti in quarantena. I contatti dello stesso bambino positivo con un ragazzo > 11 anni o con un adulto (p.es. maestra senza protezione adeguata) sono invece considerati contatti stretti e queste persone sono messe in quarantena. Come già detto, **la valutazione e la eventuale decisione di ordinare una quarantena compete comunque sempre e solo all'Autorità cantonale per il tramite del Contact tracing.**

5. Non usate steroidi e antibiotici nella cura del COVID-19 ambulatoriale!

Si osserva sempre più spesso che di fronte al peggioramento del quadro clinico, vengono prescritti da alcuni medici sul territorio steroidi e antibiotici ai pazienti affetti da COVID-19. Si tratta di un'osservazione fatta dai medici ospedalieri che ricevono poi questi pazienti per ricovero. Ricordiamo che **l'uso di antibiotici nel COVID-19 non ha nessuna indicazione e contribuisce unicamente a creare pericolose resistenze.** Per quanto concerne gli steroidi, sappiamo che il desametasone ha dimostrato un beneficio sulla mortalità, ma unicamente nei pazienti ospedalizzati che avevano un fabbisogno di ossigeno o necessità di ventilazione meccanica. Nei pazienti che non avevano un fabbisogno di ossigeno trattati con desametasone si è osservata una tendenza al peggioramento della prognosi. L'uso degli steroidi in ambito ambulatoriale non è indicato e potenzialmente controindicato. Vi invito a rivedere la *Info-med Coronavirus 20* del 29 ottobre 2020 dove il Gruppo Malattie Infettive Ticino si esprime sulla terapia del COVID-19 per i pazienti ambulatoriali.

Per tenervi aggiornati consultate regolarmente il nostro sito www.ti.ch/coronavirus.

Ringraziandovi per l'attenzione porgo a tutti cordiali saluti.

Il Medico cantonale
G. Merlani

