



SVDE ASDD

Schweizerischer Verband
der Ernährungsberater/innen
Association suisse
des diététicien-ne-s
Associazione Svizzera
delle-dei Dietiste-i



PIANO DI PROTEZIONE DELL'ASDD PER GLI STUDI DI CONSULENZA NUTRIZIONALE E LE ORGANIZZAZIONI DELLE/DEI DIETISTE/I SOTTO COVID-19

Versione del 23 aprile 2020

INTRODUZIONE E USO DEL PIANO DI PROTEZIONE DELL'ASDD

Secondo quanto disposto dalla Confederazione, ogni azienda è tenuta a predisporre un piano di protezione adeguato alla propria situazione lavorativa. Nel caso abbiate già messo a punto un piano di protezione per il vostro studio, vi preghiamo di verificare se esso corrisponda o meno alle prescrizioni del piano di protezione dell'ASDD e, all'occorrenza, di adottare gli opportuni adeguamenti. Se invece non doveste ancora disporre di un piano di protezione, dovete concepirne uno e metterlo in pratica da subito. Se volete, potete usare l'apposito modello che si trova alla fine di questo documento. Il piano di protezione del vostro studio deve essere debitamente firmato e salvato: potrete così provare che voi e l'eventuale vostro team siete informati e avete recepito e adottato le necessarie misure di protezione.

Il presente documento vi faciliterà la ripresa dell'attività ambulatoriale durante la COVID-19 e funge anche da modello per l'elaborazione di un piano di protezione adeguato alla vostra situazione lavorativa all'interno dello studio. Vi sono elencate le diverse misure di protezione volte a garantire un esercizio sicuro dello studio sia per le/i dietiste/i che per i loro clienti.

La base di tale documento è costituita dal modello di piano di protezione fornito dalla Segreteria di Stato dell'economia (SECO) e dall'UFSP (versione del 22.04.2020).

Trasmissione del nuovo coronavirus

Le tre **vie di trasmissione principali** del nuovo coronavirus (SARS-CoV-2) sono:

- il contatto stretto: distanza inferiore a due metri da una persona malata;
- le goccioline: se una persona malata tossisce o starnutisce, i virus possono arrivare direttamente sulle mucose di occhi, naso o bocca di un'altra persona;
- le mani: tossendo, starnutando o toccando le mucose le goccioline giungono sulle mani, da dove i virus vengono trasmessi alle superfici. Da lì il virus può passare alle mani di un'altra persona e raggiungerne gli occhi, il naso o la bocca se questa si tocca il viso.

MISURE DI PROTEZIONE

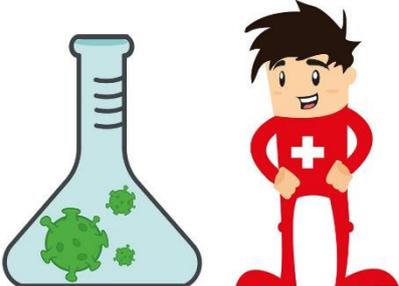
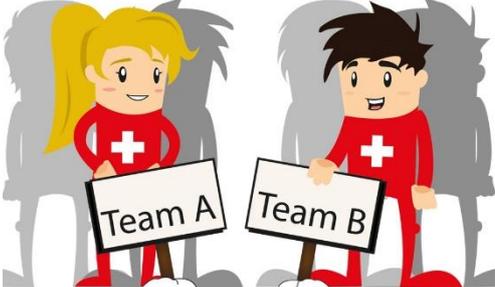
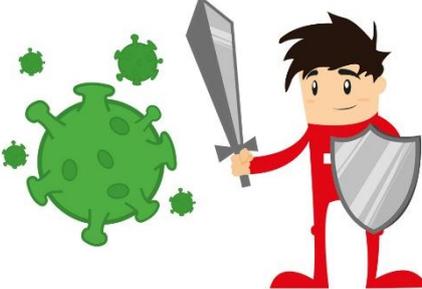
Adottando misure di protezione si intende impedire la trasmissione del virus. Per le misure occorre tenere conto dello stato della tecnica in materia di medicina del lavoro e di igiene, nonché di altre conoscenze associate di ergonomia. Le misure devono essere pianificate in modo da correlare opportunamente tecnologia, organizzazione del lavoro, altre condizioni di lavoro, rapporti sociali e influenza dell'ambiente sul posto di lavoro.

Per prima cosa occorre adottare misure di protezione tecniche e organizzative. Quelle individuali sono secondarie rispetto alle prime. Per i lavoratori particolarmente a rischio occorre adottare ulteriori misure. Tutte le persone coinvolte devono ricevere le necessarie istruzioni.

Anche sul posto di lavoro lo scopo della protezione è la riduzione della trasmissione del nuovo coronavirus tenendosi a distanza e grazie a pulizia e disinfezione delle superfici e igiene delle mani.

«Principio STOP»

Il principio STOP illustra la successione in base alla quale vengono adottate le misure di protezione.

S	S sta per sostituzione, che nel caso della COVID-19 è possibile soltanto tenendosi a sufficiente distanza (p. es. telelavoro).	
T	T sta per misure tecniche (p. es. lastre di vetro acrilico, posti di lavoro separati ecc.).	
O	O sta per misure organizzative (p. es. team separati, modifica della pianificazione dei turni).	
P	P sta per misure di protezione individuale (p. es. mascherine igieniche, guanti ecc.).	

Misure di protezione individuale

Le misure di protezione individuale devono essere adottate soltanto se non è possibile adottare altre misure ed è disponibile un equipaggiamento di protezione adeguato (p. es. mascherine igieniche, guanti). Sono meno efficienti della sostituzione e delle misure tecniche od organizzative.

I lavoratori devono disporre delle conoscenze necessarie per utilizzare correttamente l'equipaggiamento di protezione e avere un'adeguata dimestichezza con esso. Altrimenti un dispositivo di protezione può ingenerare una falsa sensazione di sicurezza e indurre a trascurare provvedimenti fondamentali ed efficaci (tenersi a distanza, lavarsi le mani).

REGOLE DI BASE

Il piano di protezione dell'azienda deve assicurare che siano rispettate le seguenti disposizioni, per ognuna delle quali occorre prevedere misure sufficienti e adeguate. Il datore di lavoro e il responsabile dell'azienda rispondono della scelta e dell'attuazione delle misure.

1. Tutte le persone nell'azienda si lavano regolarmente le mani.
2. I lavoratori e le altre persone si tengono a 2 m di distanza reciproca.
3. Pulizia regolare secondo necessità di superfici e oggetti dopo l'uso, in particolare se vengono toccati da più persone.
4. Protezione adeguata delle persone particolarmente a rischio.
5. Mandare a casa le persone malate e invitarle a seguire le istruzioni dell'UFSP sull'auto-isolamento.
6. Tenere conto di aspetti specifici del lavoro e delle situazioni di lavoro per garantire la protezione.
7. Informare i lavoratori e le altre persone interessate sulle disposizioni e sulle misure.
8. Attuare le disposizioni a livello di gestione per applicare e aggiornare le misure di protezione in modo efficiente.

Direttive generali dell'USPE – Proteggiamoci

Le seguenti misure rimangono in vigore indipendentemente dall'esercizio della propria attività ambulatoriale:

- rimanere a casa nel caso si accusino i seguenti sintomi: tosse, mal di gola, respiro affannoso con o senza febbre, sensazione di febbre o dolori muscolari;
- mantenere la distanza di sicurezza (almeno 2 metri);
- lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone;
- starnutire e tossire in un fazzoletto di carta o nella piega del gomito;
- evitare di stringere la mano.

1. IGIENE DELLE MANI

Tutte le persone nello studio si lavano regolarmente le mani.

Misure:

- entrando nello studio la clientela deve potersi lavare le mani con acqua e sapone o poterle disinfettare con un disinfettante per le mani;
- tutte le persone nello studio devono lavarsi regolarmente le mani con acqua e sapone, in particolare prima dell'arrivo sulla postazione di lavoro, tra un cliente e l'altro, e prima e dopo le pause. Nei posti di lavoro dove ciò non è possibile le mani devono essere disinfettate;
- rimozione di oggetti non necessari che potrebbero essere toccati dalla clientela, per esempio riviste e opuscoli, anche nelle sale d'attesa e nelle zone comuni (come angoli caffè e cucine);
- rimozione dei distributori d'acqua.

2. TENERSI A DISTANZA

I lavoratori e le altre persone si tengono a 2 m di distanza reciproca.

Limitare il numero di persone nello studio

Misure:

- incoraggiare i clienti a fissare gli appuntamenti per telefono in modo da evitare che arrivino allo studio senza preavviso;
- far entrare nello studio solo i clienti che hanno fissato un appuntamento;
- gli accompagnatori senza funzione di assistenza aspettano fuori dallo studio. Se questo non è possibile, ad es. nel caso di bambini e loro genitori, anch'essi devono indossare una masche-

rina igienica durante tutta la permanenza nello studio, a meno che lo spazio non sia munito di un dispositivo di protezione in plexiglas;

- per il momento, non è opportuno portare nello studio i fratelli o le sorelle;
- se i clienti devono aspettare nello studio, predisporre un'area che garantisca una distanza sufficiente tra le persone in attesa;
- offrire consulenze per telefono o in videoconferenza.

Stabilire zone di transito e di soggiorno

Si tratta per esempio di percorsi di transito a senso unico, sale d'attesa, locali riservati al personale.

Misure:

- applicazione di segni di riferimento sul pavimento per garantire il mantenimento della distanza di almeno 2 m tra le persone presenti nello studio;
- garantire 2 m di distanza tra i clienti in attesa;
- garantire 2 m di distanza nei locali di soggiorno (p. es. cucine, locali comuni);
- garantire 2 m di distanza nei bagni;

PREPARAZIONE DEL COLLOQUIO DI CONSULENZA

Se disponete di una pagina web, informate i clienti sull'offerta di consulenza attuale, sulle procedure e sul piano di protezione adottati nello studio.

Informate il cliente prima del colloquio di consulenza, ad es. via e-mail o al telefono, delle misure di protezione che avete adottato. Ricordate al cliente che qualora si sentisse poco bene o fosse malato, l'appuntamento deve essere spostato o che, in alternativa, l'incontro può avvenire al telefono o in videoconferenza.

Locali per lo svolgimento della consulenza

- I locali vanno provvisti di disinfettante per le mani e prodotti per la disinfezione delle superfici.
- Eventualmente, occorre spostare il mobilio in modo da mantenere una distanza di almeno 2 metri, nonostante la presenza di dispositivi di protezione in plexiglas o mascherine igieniche.
- Dopo ogni utilizzo, è necessario pulire le sedie e gli altri oggetti che sono stati toccati.
- Le bevande offerte (acqua in bottiglia o caraffa) e i bicchieri in vetro o plastica devono essere posizionati a debita distanza.
- Arieggiare 4 volte al giorno per 10 minuti.
- Usare un cestino dei rifiuti con coperchio.

SVOLGIMENTO DEL COLLOQUIO DI CONSULENZA

In linea di massima, la misura igienica più importante è mantenere una distanza di almeno 2 metri per i contatti di durata superiore a 15 minuti; ulteriori regole igieniche non sono necessarie.

Tuttavia, per il colloquio di consulenza consigliamo di posizionare un dispositivo di protezione in plexiglas che separi la/il dietista dal cliente.

Se non vi è alcun dispositivo di protezione in plexiglas o se sono necessarie misurazioni o accertamenti sul corpo, consigliamo di indossare delle mascherine igieniche. Accertatevi di impiegare le mascherine in modo corretto (UFSP: Epidemia di COVID 19, raccomandazioni per l'uso di materiale di protezione, stato: 14.03.2020).

I clienti, per i quali si raccomanda l'uso di una mascherina igienica in conformità con i rispettivi piani di protezione, devono provvedere autonomamente all'ottenimento e all'utilizzo della mascherina. Se necessario, i dietisti possono fornire ai clienti delle apposite mascherine. Se i clienti portano le mascherine igieniche con sé, istruiteli sul fatto che devono munirsi di una mascherina nuova, da indossare all'inizio del colloquio di consulenza e da smaltire alla fine dello stesso.

Prima di iniziare il colloquio, invitare i clienti a lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone o con un gel disinfettante messo a disposizione nella sala dove avviene la consulenza.

Evitare inutili contatti fisici, come ad esempio stringere la mano.

Sono preferibili le consulenze individuali.

Le terapie di gruppo ambulatoriali devono avvenire in spazi sufficientemente ampi (4m² a persona), assicurando la distanza di 2 metri. Il gruppo non deve essere composto da più di 5 persone, dietista incluso.

Lavori con contatto corporeo

Se si devono effettuare misurazioni o accertamenti sul corpo, consigliamo di indossare delle apposite mascherine igieniche. Accertatevi di impiegare le mascherine in modo corretto (UFSP: Epidemia di COVID 19, raccomandazioni per l'uso di materiale di protezione, stato: 14.03.2020). Vedi «Svolgimento del colloquio di consulenza».

3. PULIZIA

Pulizia regolare secondo necessità di superfici e oggetti dopo l'uso, in particolare se vengono toccati da più persone. Smaltimento sicuro dei rifiuti e gestione sicura degli indumenti da lavoro.

Potrebbe risultare opportuno aumentare le risorse per la pulizia o riorganizzare i processi lavorativi, al fine di dare priorità alle attività di disinfezione ed essere in grado di rispettare le misure igieniche.

Ventilazione

Misure:

- provvedere a un ricambio d'aria regolare e sufficiente in tutti i locali dello studio (p. es. arieggiare 4 volte al giorno per circa 10 minuti).

Superfici e oggetti

Misure:

- dopo ogni utilizzo, pulire le sedie e gli altri oggetti toccati durante il colloquio di consulenza;
- pulire regolarmente (ogni 2 ore) le superfici e gli oggetti (ad esempio, piani di lavoro, tastiere, telefoni e strumenti) con un normale detergente disponibile in commercio, soprattutto nel caso siano usati da più persone;
- pulire regolarmente (ogni 2 ore) le maniglie delle porte, i pulsanti degli ascensori, le ringhiere delle scale, le macchine da caffè e gli altri oggetti toccati frequentemente da più persone;
- non condividere bicchieri, stoviglie o altri utensili; dopo l'utilizzo, sciacquare le stoviglie con acqua e sapone.

Bagni

Misure:

- pulizia regolare dei bagni;
- smaltimento corretto dei rifiuti.

Rifiuti

Misure:

- usare cestini dei rifiuti muniti di coperchio;
- svuotare regolarmente i cestini dei rifiuti (in particolare quelli vicino a dove ci si lava le mani);
- evitare di toccare direttamente i rifiuti; utilizzare sempre degli attrezzi (scopa, paletta ecc.);
- indossare guanti per toccare i rifiuti e gettarli subito dopo l'uso;

- non comprimere i sacchi dei rifiuti.

Indumenti da lavoro e biancheria

Misure:

- lavare regolarmente gli indumenti da lavoro con un comune detersivo;

4. PERSONE PARTICOLARMENTE A RISCHIO

Le persone particolarmente a rischio continuano ad attenersi alle misure di protezione dell'UFSP e restano per quanto possibile a casa. La protezione delle persone particolarmente a rischio è disciplinata dettagliatamente nell'ordinanza 2 COVID-19.

Misure:

- adempimento degli obblighi lavorativi da casa, eventualmente lavoro alternativo in deroga al contratto di lavoro;
- allestimento di uno spazio di lavoro chiaramente delimitato con 2 m di distanza dalle altre persone;
- offerta di un lavoro alternativo sul posto.

5. PERSONE MALATE DI COVID-19 SUL POSTO DI LAVORO

Mandare a casa le persone malate e invitarle a seguire le istruzioni dell'UFSP sull'auto-isolamento.

Misure:

- non consentire ai lavoratori malati di lavorare e mandarli immediatamente a casa;
- offrire alla clientela una mascherina igienica o una visiera protettiva da indossare.

6. SITUAZIONI DI LAVORO PARTICOLARI

Tenere conto di aspetti specifici del lavoro e delle situazioni di lavoro per garantire la protezione.

Materiale di protezione individuale

Uso corretto del materiale di protezione individuale

Misure:

- formazione sull'uso del materiale di protezione individuale;
- indossare, utilizzare e smaltire correttamente il materiale monouso (mascherine, visiere protettive, guanti, camici ecc.);
- disinfettare correttamente gli oggetti riutilizzabili.

7. INFORMAZIONE

Informare i lavoratori e le altre persone interessate sulle direttive e sulle misure.

Informazioni alla clientela

Esempi di misure:

- appendere le misure di protezione raccomandate dall'UFSP a ogni ingresso;
- sul proprio sito web, informare la clientela sull'offerta di consulenza attuale, sulle procedure e sul piano di protezione adottati nello studio;
- informare la clientela prima della consulenza, ev. al telefono o via e-mail;
- informare la clientela che i clienti malati devono mettersi in auto-isolamento secondo le istruzioni dell'UFSP.

Informazioni ai lavoratori

Esempi di misure:

- informare i lavoratori particolarmente a rischio sui loro diritti e sulle misure di protezione adottate nell'azienda.

8. GESTIONE DELLO STUDIO

Attuazione delle disposizioni a livello di gestione dello studio per applicare e aggiornare le misure di protezione in modo efficiente.

Esempi di misure:

- istruire regolarmente i lavoratori sulle misure di igiene, l'uso delle mascherine protettive e l'interazione sicura con la clientela;
- rifornire regolarmente i distributori di sapone e di asciugamani monouso e tenere scorte sufficienti;
- controllare regolarmente e ripristinare le scorte di disinfettante (per le mani), nonché di detersivi (per oggetti e/o superfici);
- controllare regolarmente e ripristinare le scorte di mascherine igieniche;
- per quanto possibile, assegnare ai lavoratori particolarmente a rischio mansioni a basso rischio di infezione.

Lavoratori malati

Esempi di misure:

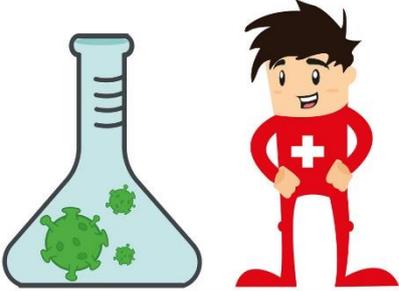
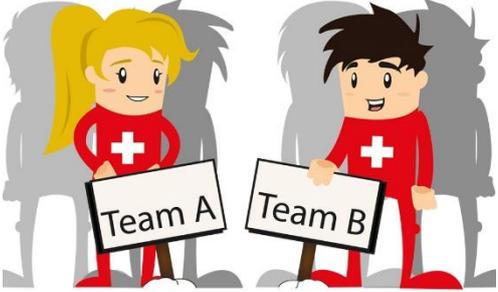
- non consentire ai lavoratori malati di lavorare e mandarli immediatamente a casa.

Lavori al domicilio del cliente

Tutte le misure di cui sopra possono essere rispettate anche nel contatto con i clienti a domicilio.

MODELLO DI PIANO DI PROTEZIONE MODELLO PER GLI STUDI DI CONSULENZA NUTRIZIONALE E LE ORGANIZZAZIONI DELLE/DEI DIESTISTE/I SOTTO COVID 19: ESEMPIO DI TABELLA

Versione del 23 aprile 2020

S	S sta per sostituzione, che nel caso della COVID-19 è possibile soltanto tenendosi a sufficiente distanza (p. es. telelavoro).	
T	T sta per misure tecniche (p. es. lastre di vetro acrilico, posti di lavoro separati ecc.).	
O	O sta per misure organizzative (p. es. team separati, modifica della pianificazione dei turni).	
P	P sta per misure di protezione individuale (p. es. mascherine igieniche, guanti ecc.).	

PIANO DI PROTEZIONE

1. IGIENE DELLE MANI

Tutte le persone nell'azienda si lavano regolarmente le mani.

Misure

2. TENERSI A DISTANZA

I lavoratori e le altre persone si tengono a 2 m di distanza reciproca.

Misure

Lavori per i quali è inevitabile una distanza di meno di 2 m

Tenere conto di aspetti specifici del lavoro e delle situazioni di lavoro per garantire la protezione.

Misure

3. PULIZIA

Pulizia regolare secondo necessità di superfici e oggetti dopo l'uso, in particolare se vengono toccati da più persone.

Misure

4. PERSONE PARTICOLARMENTE A RISCHIO

Misure

5. PERSONE MALATE DI COVID-19 SUL POSTO DI LAVORO

Misure

6. SITUAZIONI DI LAVORO PARTICOLARI

Tenere conto di aspetti specifici del lavoro e delle situazioni di lavoro per garantire la protezione.

Misure

7. INFORMAZIONE

Informare i lavoratori e le altre persone interessate sulle disposizioni e sulle misure. Mandare a casa le persone malate e invitarle a seguire le istruzioni dell'UFSP sull'auto-isolamento.

Misure

8. GESTIONE

Attuazione delle disposizioni a livello di gestione per applicare e aggiornare le misure di protezione in modo efficiente. Protezione adeguata delle persone particolarmente a rischio.

Misure

ALTRE MISURE DI PROTEZIONE

Misure

ALLEGATI

Misure

CONCLUSIONE

Il presente documento è stato redatto in base a una soluzione settoriale: Sì No

Il presente documento è stato consegnato e spiegato a tutti i lavoratori

Persona responsabile, data e firma: _____