

# Guida sommaria per far fronte all'epidemia di coronavirus Covid-19

Il Coronavirus Covid-19 è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il contatto stretto con una persona già contaminata.

## 1. Quali sono le principali vie di contaminazione?

Vie primarie sono le goccioline del respiro delle persone contaminate emesse ad esempio tramite la saliva, tossendo e starnutando, i contatti personali diretti (stretta di mano, ecc.), toccare direttamente o indirettamente liquidi e secrezioni (urina, feci, vomito, ecc.) provenienti da persone contaminate e poi portare le mani contaminate (non ancora adeguatamente lavate) a bocca, naso o occhi.

Normalmente le malattie respiratorie non si trasmettono con gli alimenti, che comunque devono essere manipolati rispettando le buone pratiche igieniche ed evitando il contatto fra alimenti crudi e cotti (il coronavirus Covid-19 è sensibile al calore e non resiste più di 30 minuti a 56°C, come non resiste a etanolo 75% e altri disinfettanti).

## 2. Quali sono i sintomi di una persona contaminata con Covid-19?

Alcune persone contaminate non sviluppano alcun sintomo. I sintomi più comuni di contaminazione sono febbre, stanchezza e tosse secca. Alcuni pazienti possono presentare indolenzimento e dolori muscolari, congestione nasale, naso che cola, mal di gola o diarrea. Questi sintomi sono generalmente lievi e iniziano gradualmente. Nei casi più gravi, l'infezione può causare polmonite, sindrome respiratoria acuta grave, insufficienza renale e persino la morte.

## 3. Quanto dura il periodo di incubazione?

Il periodo che intercorre fra il contagio e lo sviluppo dei sintomi si stima attualmente fra 2 e al massimo 14 giorni, ma alcune persone si infettano e non sviluppano alcun sintomo. Sulla base dell'esperienza di lotta all'epidemia condotta a Wuhan e nella regione circostante, l'Hubei, le autorità cinesi indicano da 3 a 7 giorni il periodo di incubazione più frequente.

## 4. Quanto è pericoloso il coronavirus Covid-19?

Generalmente i sintomi sono lievi e a inizio lento. La maggior parte delle persone (circa l'80%) guarisce dalla malattia senza bisogno di cure speciali. Circa 1 su 6 persone contaminate si ammala gravemente, presenta difficoltà respiratorie e ha bisogno di cure ospedaliere.

## 5. Quali sono le persone più a rischio di presentare forme gravi di malattia?

Le persone anziane e quelle con patologie sottostanti, quali ipertensione, problemi cardiaci o diabete e i pazienti immunodepressi (per patologia congenita o acquisita o in trattamento con farmaci immunosoppressori, trapiantati) hanno maggiori probabilità di sviluppare forme gravi di malattia.

## 6. L'epidemia di coronavirus Covid-19 presenta pericolo di morte?

Sulla base dell'esperienza acquisita le autorità cinesi a metà febbraio 2020 indicavano una letalità (percentuale di morti sui contaminati) del 4.19% a Wuhan, del 3.20% nell'Hubei, di 2.49% nell'intera RPC. Ovviamente il valore di queste cifre è significativo solo se si conoscono i criteri con cui è stata rilevata la contaminazione delle persone esposte.

## Ulteriori e più dettagliate informazioni sono reperibili in

- Dipartimento della Protezione Civile - <http://www.protezionecivile.gov.it/home> (ogni giorno alle 18 i dati sull'epidemia)
- Ministero della Salute - <http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioFaqsNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&id=228> il Ministero ha redatto anche una Guida aggiornata di buone condotte individuali contro il contagio.
- Istituto Superiore della Sanità - <https://www.epicentro.iss.it/coronavirus>. L'ISS ha messo a punto anche una guida di buone condotte individuali contro il contagio datata al 2 febbraio.

# Brief guide to face the coronavirus Covid-19 outbreak

Coronavirus Covid-19 is a respiratory virus that spreads mainly through close contact with a person who's already infected.

## 1. What are the main ways of contamination?

The main way of contamination are the droplets of breath of infected people spread through saliva, cough and sneezes, close physical contact (e.g. handshakes), direct contact with liquids and secretions (urine, feces, vomit) coming from infected people and repeatedly touching your nose, mouth and eyes without washing your hands.

Normally respiratory diseases don't spread through food, but it is necessary to wash it carefully and avoid contact between cooked and uncooked food. (Coronavirus Covid-19 is sensitive to heat and it does not resist more than 30 minutes at a 56 degrees Celsius temperature, nor 75% ethanol and other sanitizers.)

## 2. What are the symptoms of a person infected with Covid-19?

Some people don't develop any symptoms. The most common symptoms are fever, tiredness and dry cough. Some patients may show soreness and muscular aches, nasal congestion, runny nose, sore throat and diarrhea. These symptoms are usually light and start gradually. In the most severe cases infection can cause pneumonia, severe acute respiratory syndrome, kidney failure and even death.

## 3. How long does the incubation period last?

The time that elapses between contamination and development of symptoms is currently between 2 to a maximum of 14 days, but some people are infected without showing signs. Based on the experience of the epidemic fight occurred in Wuhan and in the regions nearby, Hubei, the Chinese authorities say that the most common period of incubation is from 3 to 7 days.

## 4. How dangerous is Coronavirus Covid-19?

Generally speaking, the symptoms are light and the illness creeps up slowly. The majority of people (80% circa) heals from the illness without the help of special treatment. About 1 in 6 infected people gets severely sick, show breathing problems and need hospital care.

## 5. Who are the people at higher risk of showing severe forms of illness?

Elderly people and chronically ill people, including illnesses such as hypertension, cardiac problems or diabetes and immunosuppressed patients (because of congenital or acquired disease or patients who are receiving immunosuppressant therapy or who had transplants) are at higher risk of developing severe forms of sickness.

## 6. Does Coronavirus Covid-19 present high risk of death?

Based on the experience acquired, Chinese authorities indicated in mid-February of 2020 a death rate (percentage of deceased over infected people) of 4.19% in Wuhan, 3.20% in Hubei, 2.49% in the whole PRC. The value of these percentages is, obviously, meaningful if the criteria with which contamination was detected is known.

# Breve guía para hacer frente a la epidemia de coronavirus Covid-19

El coronavirus Covid-19 es un virus respiratorio que se propaga principalmente a través del contacto cercano con una persona ya contaminada.

## 1. ¿Cuáles son las principales rutas de contaminación?

Las formas principales son las gotas del aliento de las personas contaminadas emitidas, por ejemplo, a través de la saliva, la tos y estornudos, contactos personales directos (apretón de manos, etc.), contacto directo o indirecto con líquidos y secreciones (orina, heces, vómitos, etc.) de personas contaminadas y, luego, llevar las manos contaminadas (aún no lavadas adecuadamente) por boca, nariz u ojos.

Normalmente, las enfermedades respiratorias no se transmiten con los alimentos que, sin embargo, deben manejarse respetando las buenas prácticas de higiene y evitando el contacto entre alimentos crudos y cocidos (el coronavirus Covid-19 es sensible al calor y no resiste más de 30 minutos a 56°C, igualmente no resiste al 75% de etanol y otros desinfectantes).

## 2. ¿Cuáles son los síntomas de una persona contaminada con Covid-19?

Algunas personas contaminadas no desarrollan ningún síntoma. Los síntomas más comunes de contaminación son fiebre, cansancio y tos seca. Algunos pacientes pueden experimentar entumecimiento y dolor muscular, congestión nasal, secreción nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas son generalmente leves y comienzan gradualmente. En los casos más graves, La infección puede causar neumonía, síndrome respiratorio agudo severo, insuficiencia renal e incluso la muerte.

## 3. ¿Cuánto dura el período de incubación?

El período entre la infección y el desarrollo de síntomas se estima actualmente entre 2 y 14 días como mucho, pero algunas personas se infectan y no desarrollan ningún síntoma. Con base en la experiencia de lucha contra la epidemia llevada adelante en Wuhan y la región circundante (Hubei), las autoridades chinas indican el período de incubación más frecuente de 3 a 7 días.

## 4. ¿Qué tan peligroso es el coronavirus Covid-19?

En general, los síntomas son leves y lentos al principio. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recuperan de la enfermedad sin la necesidad de cuidados especiales. Aproximadamente 1 de cada 6 personas contaminadas cae gravemente enferma, tiene dificultad para respirar y necesita tratamiento hospitalario.

## 5. ¿Quiénes son las personas con mayor riesgo de presentar formas graves de enfermedad?

Personas mayores y personas con afecciones subyacentes, como hipertensión, problemas cardíacos o diabetes y pacientes inmunosuprimido (para patología congénita o adquirida o ser tratado con medicamentos inmunosupresores, sujetos trasplantados) tienen mayor probabilidades de desarrollar formas graves de la enfermedad.

## 6. ¿La epidemia de coronavirus Covid-19 es potencialmente mortal?

Según la experiencia adquirida, las autoridades chinas a mediados de febrero de 2020 indicaron una letalidad (porcentaje de muertos por cada contaminado) de 4.19% en Wuhan, 3.20% en Hubei, 2.49% en toda la RPC. Obviamente, el valor de estas cifras es significativo solo si se conocen los criterios por los cuales se detectó la contaminación de las personas expuestas.