

## **I SUGGERIMENTI DELLA FMSI PER EVITARE LA DIFFUSIONE DEL CORONAVIRUS NEL MONDO DELLO SPORT**

### **INFORMAZIONI GENERALI**

Per una corretta gestione dell'emergenza Coronavirus all'interno del mondo dello sport, occorre partire da una premessa. Il virus mostra ad oggi livelli di contagio altissimi ma - fortunatamente - bassi indici di mortalità.

Occorre, altresì, osservare che inizialmente in Italia lo screening attraverso il tampone faringeo ha riguardato anche i soggetti asintomatici mentre, a partire dal 26-feb u.s., a seguito del vertice dei Ministri della Salute UE, anche l'Italia, allineandosi alle prassi in vigore presso gli altri Paesi UE, interviene solo sui soggetti sintomatici e che presentano altre caratteristiche che ne aumentano il rischio. Inoltre, i decessi in Italia hanno riguardato soprattutto persone con sistema immunitario indebolito a causa di comorbidità (sovrapposizione di altre patologie).

Questo implica che occorre intervenire a livello di prevenzione attraverso l'adozione di norme igienico-sanitarie e buone prassi che l'atleta deve osservare sia nella vita quotidiana, sia in tutte le fasi di gara e di allenamento. Cosa quanto mai importante sia nel mondo dilettantistico, sia nel settore professionistico, dove peraltro il presidio è assicurato dalla figura del Medico Sociale.

Questo implica, oltremodo, la necessità di una linea diretta di coordinamento tra Ministero della Salute, Ministero dello Sport, CONI e FMSI, in qualità di Federazione medico-scientifica del CONI stesso, che preveda indirizzi univoci e attenta applicazione degli stessi.

In particolare, la FMSI - attraverso i propri 4.000 Medici associati - funge da punto di riferimento per la massima diffusione degli indirizzi assunti.

Sono all'uopo elaborate le seguenti indicazioni di concerto con i Medici federali che, certamente in linea con quelle generali del Ministero della Salute, sono specifiche per i momenti di gara e di allenamento, ma anche per quelli di trasferta e tengono conto altresì delle caratteristiche distintive delle varie discipline sportive.

L'obiettivo è comune: assicurare la possibilità di praticare l'attività fisica nelle migliori condizioni e senza danno per la salute.

La FMSI ha all'uopo istituito un Gruppo scientifico così composto:

. Maurizio Casasco, Presidente della Federazione Medico Sportiva Italiana; Presidente della Federazione Europea di Medicina dello Sport; Professore a contratto, Scuola di Specializzazione di Medicina dello Sport, Università degli Studi di Milano;

. Roberto Bernabei, Professore Ordinario di Medicina Interna e Direttore del Dipartimento di Geriatria, Neuroscienze e Ortopedia, Università Cattolica del Sacro Cuore, Policlinico Universitario "A. Gemelli", Roma; già Presidente della Società Italiana di Gerontologia e Geriatria;

. Massimo Galli, Professore Ordinario di Infettivologia e Direttore del Dipartimento di Scienze Biomediche e Cliniche "L. Sacco", Università degli Studi di Milano;

. Maurizio Memo, Professore Ordinario di Farmacologia, Università degli Studi di Brescia;

. Sergio Pecorelli, Professore Emerito di Ginecologia e Ostetricia, Università degli Studi di Brescia; Presidente della Fondazione Giovanni Lorenzini, New York; già Presidente dell'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA);

. Fabio Pigozzi, Presidente della Federazione Internazionale di Medicina dello Sport; Professore ordinario di Medicina Interna e Pro Rettore Vicario, Università degli Studi di Roma "Foro Italico"; Presidente del Comitato Scientifico FMSI;

. Carlo Signorelli, Professore Ordinario di Igiene e Salute Pubblica, Università Vita-Salute San Raffaele, Milano; già Presidente della Società Italiana di Igiene;

. Alberto Villani, Responsabile della UOC di Pediatria Generale e Malattie Infettive, Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, Roma; Presidente della Società Italiana Pediatria.

\*\_\*\_\*\_\*

## **NORME IGIENICO-SANITARIE E BUONE PRASSI**

Trattasi di alcune semplici, ma fondamentali norme igienico-sanitarie, da considerare da parte delle società e dei custodi degli impianti sportivi sia negli spogliatoi, sia nei locali comuni e nei servizi igienici degli impianti, atte a prevenire la diffusione del coronavirus durante le gare e negli allenamenti.

Tali norme vanno esposte ben visibili a tutti e rispettate non solo dagli atleti, ma anche da accompagnatori, arbitri, allenatori, dirigenti, massaggiatori, spettatori e addetti ai lavori.

- 1) Non bere dalla stessa bottiglietta/borraccia/bicchiere né in gara né in allenamento, utilizzando sempre bicchieri monouso o una bottiglietta nominale o comunque personalizzata, e non scambiare con i compagni altri oggetti (asciugamani, accappatoi, ecc.).
- 2) Evitare di consumare cibo negli spogliatoi.
- 3) Riporre oggetti e indumenti personali nelle proprie borse, evitando di lasciarli esposti negli spogliatoi o in ceste comuni.
- 4) Buttare subito negli appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati come cerotti, bende, ecc.
- 5) Lavarsi accuratamente le mani il più spesso possibile: il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi e poi, dopo averle sciacquate accuratamente, vanno asciugate con una salvietta monouso; se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.
- 6) Evitare, nell'utilizzo di servizi igienici comuni, di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani, ma utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso.
- 7) Favorire l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, sia negli spogliatoi, sia nei servizi igienici.
- 8) Non toccarsi gli occhi, il naso o la bocca con le mani non lavate.
- 9) Coprirsi la bocca e il naso con un fazzoletto -preferibilmente monouso- o con il braccio, ma non con la mano, qualora si tossisca o starnutisca.
- 10) Arieggiare tutti i locali il più spesso possibile.
- 11) Disinfettare periodicamente tavoli, panche, sedie, attaccapanni, pavimenti, rubinetti, maniglie, docce e servizi igienici con soluzioni disinfettanti a base di candeggina o cloro, solventi, etanolo al 75%, acido paracetico e cloroformio.

12) In caso di attività sportiva in vasca, richiedere un costante monitoraggio dei parametri chimici (cloro o altre soluzioni disinfettanti) e dei parametri fisici (tra cui, il pH o la temperatura, che influisce sul livello di clorazione).

13) Gli atleti che manifestino sintomi evidenti di infezione respiratoria in atto e/o febbre devono immediatamente abbandonare il resto della squadra - e, possibilmente, isolarsi - e avvisare il medico sociale nelle squadre professionistiche o il responsabile medico della federazione nei raduni federali, che provvederà a rivolgersi - se ne sussistesse l'indicazione - al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.

In tutte le altre categorie, l'atleta -fermo restando che deve immediatamente abbandonare il resto della squadra e, possibilmente, isolarsi - deve rivolgersi telefonicamente al proprio medico curante (Medico di medicina generale per gli adulti, Pediatra di libera scelta per i minori), che potrà invitare l'atleta stesso a rivolgersi al Numero 112 o al Numero 1500 del Ministero della Salute operativo 24 ore su 24, senza recarsi al Pronto Soccorso.

14) Per chi non fosse ancora vaccinato contro l'influenza, consigliare il più rapidamente possibile il vaccino antiinfluenzale, in modo da rendere più semplice la diagnosi e la gestione dei casi sospetti. Da monitorare anche la sintomatologia gastrointestinale (non necessariamente tipica).

15) Informarsi dagli atleti e dal personale societario se ci sono stati eventuali contatti in prima persona o all'interno del proprio ambito familiare con persone rientrate da zone a rischio o in quarantena.

16) Utilizzare la visita medico-sportiva quale fondamentale strumento di screening, attraverso un'attenta anamnesi ed esame obiettivo per l'individuazione di soggetti potenzialmente a rischio immunitario o con sintomatologia.

17) In caso di raduni nazionali di atleti o di manifestazioni di circuito internazionale autorizzate anche all'estero, prevedere sempre la presenza di un Medico di Federazione che possa valutare clinicamente, a livello preventivo, tutti i partecipanti, identificando eventuali soggetti a rischio e adottando le più idonee misure di isolamento, seguendo adeguate procedure gestionali secondo gli indirizzi del Ministero della Salute.

18) Con riferimento ai Medici Sociali e, in particolare, a quelli delle squadre professionistiche o degli atleti professionisti ai sensi della Legge 23 marzo 1981, n. 91 e comunque di tutte quelle Società i cui atleti svolgono attività a livello internazionale, monitorare con attenzione i Paesi verso cui si è diretti o da cui si rientra, secondo le indicazioni del Ministero della Salute.

19) Favorire la presenza negli spogliatoi sempre dello stesso personale autorizzato, limitando il numero di accessi.

20) Limitare agli addetti strettamente necessari allo svolgimento della gara l'accesso al campo.

21) In occasione dei controlli antidoping, predisporre -oltre a salviette monouso per la copertura del tavolo- soluzioni disinfettanti per il lavaggio delle mani da utilizzarsi solo dopo il controllo, mentre prima del controllo il lavaggio delle mani deve avvenire solo con acqua in conformità alle disposizioni WADA.

22) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono prestare particolare attenzione ad anamnesi, esame obiettivo e rilevazione della temperatura durante gli allenamenti e nei ritiri pre-gara a tutto il personale addetto alla squadra, ai tecnici e agli atleti stessi, con relativo costante aggiornamento della scheda sanitaria di questi ultimi. Inoltre, i Medici Sociali delle due squadre, prima della gara, devono effettuare un briefing per uno scambio di informazioni da svolgersi nel rispetto del segreto professionale.

23) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono verificare preventivamente le condizioni igieniche di tutti gli spogliatoi, ivi compresi quelli della squadra ospitante, degli arbitri e dei raccattapalle, nonché la sala predisposta per i controlli antidoping.

- 24) I Responsabili Sanitari/Medici Sociali delle squadre professionistiche devono partecipare attivamente all'organizzazione delle trasferte, verificando ogni miglior aspetto logistico e prevedendo eventuali dispositivi di protezione a fini preventivi, e devono altresì assicurare la propria presenza per tutta la durata della trasferta.
- 25) Una particolare e responsabile attenzione deve essere prestata ai settori giovanili, previo adeguamento alle disposizioni governative e alle indicazioni federali, sensibilizzando le Federazioni stesse ad assumere indirizzi univoci e coordinati.
- 26) È consigliabile che il personale sanitario e parasanitario, medico e dei massaggiatori, che viene in costante contatto con gli atleti e, in particolare, con quelli delle squadre professionistiche, non operi contestualmente in ambienti o effettui attività esterne che possono essere a rischio di contagio.
- 27) Fermo restando le limitazioni di cui al precedente punto 2 circa la necessità di evitare di consumare cibo negli spogliatoi, per quanto riguarda gli sport professionistici identificare appositi spazi per la reintegrazione post-gara.
- 28) È consigliabile evitare la presenza di operatori televisivi per le riprese all'interno degli spogliatoi nei momenti pre-gara, trovando condivisa soluzione ove esistano obbligazioni contrattuali specifiche negli sport professionistici.

La FMSI ha istituito un collegamento diretto e indirizzi di posta elettronica specifica per tutti i Medici Federali, che sono il punto di riferimento delle Società e degli Atleti, per un più efficace coordinamento delle informazioni grazie alla linea diretta tra Ministero della Salute, Ministero dello Sport, CONI e FMSI.

A loro volta, i Responsabili Sanitari/Medici Sociali s'impegnano a dare massima diffusione, anche attraverso il proprio staff tecnico, delle presenti buone prassi a tutti gli atleti.