
Definizione

La sicurezza sul lavoro mira a creare un ambiente nel quale sia possibile esercitare un'attività professionale senza andare incontro a rischi.

La sicurezza sul lavoro comprende:

- ▶ la prevenzione delle malattie e degli infortuni professionali e di qualsiasi fattore che possa nuocere alla salute
 - ▶ la promozione della sicurezza sul posto di lavoro
 - ▶ la promozione del benessere generale
 - ▶ lo sviluppo e il grado di soddisfazione dei collaboratori.
-

La sicurezza sul lavoro è il presupposto indispensabile allo svolgimento di qualsiasi lavoro. Per garantire la sicurezza sul lavoro devono essere presi vari provvedimenti.

- ▶ Ciascuna azienda deve rispettare le direttive e le leggi specifiche applicabili al proprio campo di attività.
- ▶ L'obiettivo è di far sì che tutti i dipendenti possano lavorare in piena sicurezza e di rimuovere, nella misura del possibile, qualsiasi pericolo dal posto di lavoro.
- ▶ Anche i collaboratori devono portare il loro contributo personale alla sicurezza sul lavoro, in particolare rispettando le misure di sicurezza previste!

1.1.2 La legge sull'assicurazione contro gli infortuni (LAINF)

La legge federale sull'assicurazione contro gli infortuni si occupa dei temi della salute e della protezione della salute sul luogo di lavoro. In questo contesto si tratta soprattutto di prevenire le malattie e gli infortuni professionali. Cosa dice la legge a questo proposito?

Tutti i dipendenti e **gli apprendisti** sono assicurati obbligatoriamente, in conformità alle disposizioni di legge. In linea di massima è il datore di lavoro che si mette in contatto con l'assicurazione per conto dei propri dipendenti.

Se siete assenti dalla struttura per lungo tempo o se ve ne andate, avete l'obbligo di stipulare un'assicurazione contro gli infortuni.

Definizione

Infortunio professionale: si tratta di un danno fisico che insorge durante lo svolgimento di un'attività professionale. Viene chiamato anche infortunio sul lavoro. I due termini hanno lo stesso significato.

Esempio

L'ingresso della struttura è stato appena pulito. Una collaboratrice che va di fretta non si accorge che il pavimento è bagnato, perciò scivola e si sloga la caviglia. Si tratta dunque di un incidente avvenuto durante l'orario di lavoro.

Voi siete assicurati contro tutti gli infortuni che possano verificarsi mentre eseguite un lavoro per ordine del vostro datore di lavoro. Per contro, ciò significa che se subite un infortunio mentre state svolgendo un lavoro che non è di vostra competenza rischiate di non avere copertura assicurativa.

Va sottolineato che la copertura assicurativa è valida anche se subite un infortunio durante una pausa oppure prima o dopo il lavoro.

1.2.3 Le misure di prevenzione degli infortuni e delle malattie nella struttura

Le misure di prevenzione degli infortuni e delle malattie attuate nelle strutture che assistono o si occupano di persone malate o portatrici di handicap sono spesso le stesse applicate nei nuclei familiari.

Numerose regole riguardano il modo di eseguire i lavori di pulizia e i lavori domestici:

Parola chiave	Misure
Mezzi ausiliari in perfetto stato di funzionamento	<ul style="list-style-type: none"> ▶ I mezzi ausiliari sono intatti e in grado di funzionare
Buona organizzazione del lavoro	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Utilizzazione di un piano di lavoro ▶ Svolgimento del lavoro ordinato e logico ▶ Uso ragionevole dei mezzi ausiliari
Prevenzione delle cadute	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Rimozione di tutti gli ostacoli ▶ Pulizia di qualsiasi insudiciamento ▶ Indossare calzature con suola antiscivolo ▶ Uso di tappetini antiscivolo e di maniglie nei bagni
Prevenzione degli avvelenamenti e delle lesioni di tipo chimico	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Rispetto delle direttive per l'utilizzazione di detergenti e detersivi ▶ Conservazione dei prodotti chimici nella loro confezione originale. Questi prodotti devono essere tenuti fuori dalla portata dei bambini e delle persone portatrici di handicap mentali ▶ Utilizzazione di abbigliamento di protezione e di guanti in conformità alle disposizioni

Impulso

Di quali mezzi ausiliari disponete nella vostra struttura per effettuare i lavori di pulizia in piena sicurezza?

A Abiti da lavoro sicuri

In genere le strutture che operano in campo sanitario emettono disposizioni in tema di abbigliamento sul lavoro.

Esistono disposizioni riguardanti le calzature, gli abiti e i gioielli.

Calzature	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Devono essere provviste di suola antiscivolo ▶ Devono adattarsi bene al piede (scarpe chiuse o con cinghie a livello del tallone) ▶ Devono poter essere disinfettate (preferire il cuoio e i materiali sintetici, stoffa e legno non sono adatti)
Abiti	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Molte strutture mettono a disposizione dei dipendenti abiti da lavoro, che devono essere lavati a intervalli regolari ▶ Se portate abiti propri, essi devono poter essere lavati a 60 gradi o più ▶ Fate in modo che i vostri abiti siano sempre in buono stato ▶ È assolutamente proibito portare capi di abbigliamento che lascino scoperto il ventre o con bretelline sottili

Gioielli	<ul style="list-style-type: none">▶ Spesso è consentito portare solo la fede e un paio di orecchini▶ Evitate di indossare lunghe collane o orecchini pendenti che rischiano di incastrarsi o con cui potreste involontariamente ferire un cliente▶ Informatevi per sapere se la vostra struttura permette il piercing
Abbigliamento di protezione	Allo scopo di proteggervi dai materiali pericolosi, potreste dover indossare un grembiule o guanti protettivi. Se esistono direttive a questo proposito, dovete rispettarle scrupolosamente poiché, se non portate gli indumenti protettivi prescritti e si verifica un incidente, l'assicurazione si riserva il diritto di non assumersi i relativi costi

B I contenitori di sicurezza

Esistono speciali contenitori di sicurezza per custodire il materiale che può provocare ferite.

Gli aghi usati delle siringhe o le schegge di vetro devono perciò essere riposti in contenitori solidi, forniti di un coperchio che si possa chiudere.

1.2.4 Lavorare proteggendo la schiena

La schiena del personale di assistenza è sottoposta a numerosi sforzi e buona parte di coloro che lavorano nel settore della sanità lamenta mal di schiena. Per proteggere la propria salute è perciò importante lavorare avendo riguardo per la schiena. **È importante quindi saper sollevare correttamente i pesi.**

Sollevando pesi in modo inappropriato la colonna vertebrale è sottoposta a forti sollecitazioni, e i dischi intervertebrali sono compressi da un solo lato, rischiando di esercitare una pericolosa pressione sui nervi e di provocare la cosiddetta ernia del disco. Quanto al mal di schiena cronico, esso è spesso causato da tensioni muscolari dovute a una cattiva postura.

Illustrazione 1 Tecnica corretta per sollevare pesi: la schiena è dritta e il peso è distribuito sull'insieme dei dischi intervertebrali



Altre misure che proteggono la schiena:

- ▶ usare dei mezzi ausiliari come alzapersona e sollevapersona da vasca
- ▶ chiedere l'aiuto di una seconda persona.

1.2.5 La prevenzione incendi

Definizione

Con l'espressione prevenzione incendi si intende l'insieme delle misure volte a evitare il divampare di un incendio o lo sviluppo di fuoco e fumo (propagazione dell'incendio), delle misure per la messa in salvo delle persone e delle misure che permettono di lottare efficacemente contro il fuoco.

Nelle strutture in cui lavorate vi sono generalmente numerose persone riunite nello stesso edificio. Nelle strutture di cura come case di riposo e ospedali, si è inoltre in presenza di persone malate o portatrici di handicap, che in caso di incendio non sono in grado di fuggire rapidamente senza aiuto. In queste circostanze è dunque essenziale impedire qualsiasi principio d'incendio.

A Le misure di prevenzione incendi

Tali misure comprendono:

- ▶ la protezione contro gli incendi dell'edificio vero e proprio: l'edificio deve offrire vie di fuga e sistemi d'estinzione del fuoco. Estintori, posti di spegnimento, sistemi sprinkler e porte tagliafuoco hanno il compito di impedire la propagazione dell'incendio;
- ▶ la protezione contro gli incendi a livello delle installazioni tecniche: i materiali utilizzati nell'insieme delle installazioni tecniche devono essere resistenti al fuoco. Ciò significa che devono essere poco infiammabili e, nel caso in cui prendano fuoco, non devono sprigionare alte fiamme. Devono inoltre essere installati sistemi di rilevazione del fumo, come pure sistemi di allarme che devono essere avvertiti acusticamente e visivamente da tutti gli occupanti dell'edificio. Le vie di fuga devono essere chiaramente contrassegnate e deve essere disponibile un sistema di illuminazione di emergenza che subentri in caso di guasto dell'impianto di illuminazione;
- ▶ la protezione contro gli incendi a livello della struttura: la struttura deve disporre di piani di intervento e di evacuazione concreti e aggiornati, indicanti i comportamenti da tenere in caso di incendio: chi va salvato e come? Chi avverte i vigili del fuoco? Dove sono le vie di fuga? Dove ci si deve riunire fuori dell'edificio dopo un'evacuazione? ecc.

B Il comportamento da adottare in caso di incendio

In caso di incendio, è necessario attenersi alla sequenza «allertare – salvare – spegnere». Nella maggior parte dei casi, tuttavia, occorre osservare anche ulteriori disposizioni in materia di protezione contro gli incendi.

Impulso

Informatevi circa le disposizioni in materia di protezione contro gli incendi vigenti nella vostra struttura. Confrontatevi con un collega. Vi sono differenze? Sapete motivarle?

1.2.6 Le misure di prevenzione in tema di salute psico-fisica

Ecco alcune misure di prevenzione applicabili in questo campo:

- ▶ introdurre delle alternanze nello svolgimento dell'iter lavorativo consente di evitare l'insorgere del senso di stanchezza;
- ▶ quando un'attività richiede da parte vostra grande concentrazione, dovrete eliminare qualsiasi fonte di disturbo, per esempio appendendo alla porta il cartello «Non disturbare» o lavorando in un locale in cui non sarete disturbati dal telefono;
- ▶ eliminate per quanto possibile gli ostacoli ambientali e fate in modo di sistemare i locali in modo adeguato (spazio sufficiente per muoversi, buone condizioni di illuminazione ecc.);
- ▶ fate delle pause che vi permettano di rilassarvi, di migliorare il rendimento e promuovere il benessere.

1.3 La promozione della salute e la prevenzione

L'obiettivo della sicurezza sul lavoro è quello di tutelare la salute dei collaboratori e dei clienti e di evitare l'insorgere di malattie e infortuni, perché la salute è il nostro bene più prezioso. Talvolta un infortunio o una malattia possono comportare conseguenze permanenti che compromettono a lungo termine la salute della persona colpita.

1.3.1 Salute, malattia, disabilità

Esistono varie definizioni dei concetti di salute, malattia e disabilità. Le più diffuse al mondo sono quelle formulate dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) nel 1946.

Salute

Definizione

La salute è uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non meramente l'assenza di malattia o infermità. Il raggiungimento del miglior stato di salute cui si può pervenire costituisce uno dei diritti fondamentali di ogni essere umano, senza distinzione di razza, religione, convinzioni politiche, condizione economica o sociale.

Malattia

Definizione

Una malattia compromette lo stato fisico, mentale e/o sociale. L'individuo non è così più in grado di affrontare le proprie attività. Il benessere può essere compromesso. Ogni individuo ha una propria percezione della malattia.

Disabilità

Definizione

Si parla di disabilità quando la funzione fisica, la capacità mentale o la salute psichica è compromessa. Tale disabilità può essere congenita, temporanea o permanente.

In altri termini, ciò significa che:

una persona in buona salute è una persona che si sente in perfetto stato fisico e mentale. Ciò vuol dire che un individuo può essere in salute anche se è portatore di handicap fisico (per es. se è colpito da paralisi e costretto su una sedia a rotelle). Altre persone possono soffrire di una malattia cronica (per es. reumatismi) e sentirsi in buona salute.

Ogni essere umano ha il diritto di esigere che sia fatto tutto il possibile per farlo vivere in buona salute. Questo diritto non dipende né dalla religione né dalla razza a cui appartiene, né dal fatto che sia povero o ricco.

Una disabilità congenita è ad es. la Trisomia 21. Gli individui colpiti da questa disabilità possono sentirsi sani e felici come gli altri.

L'OMS ha elaborato anche definizioni più recenti della salute, che tengono conto, oltre che della salute del corpo, anche della capacità della persona di partecipare autonomamente alle varie attività ordinarie della vita.

Impulso

Discutete i tre concetti: salute, malattia e disabilità. Confrontatevi con un/una collega.

Vari fattori influiscono sulla salute:

Fattori	Esempi
Ambiente naturale e sociale	Clima, livello d'istruzione della persona, situazione lavorativa, condizioni igieniche, ambiente familiare
Dati genetici, biologici	Età, sesso, malattie subite, stato psichico generale
Stile di vita e di comportamento	Varie dipendenze, qualità del sonno, condizioni di alimentazione, limitazioni professionali
Cure mediche	Qualità della formazione ricevuta dai medici, ospedali, assicurazione malattia, medicinali

1.3.2 La prevenzione delle malattie

La prevenzione delle malattie si chiama anche protezione della salute.

Definizione

Nella Legge sul lavoro, la protezione della salute è regolata come segue: il datore di lavoro deve prendere tutti i provvedimenti necessari per la tutela e il miglioramento della protezione della salute allo scopo di garantire la salute fisica e psichica dei propri dipendenti.

Condizioni di lavoro sfavorevoli possono costituire una minaccia per la salute. Ad esempio, il fumo passivo può causare il tumore ai polmoni. Per contro, lavorare quotidianamente in condizioni idonee e avere successo professionale può accrescere il benessere fisico e psichico, come pure la motivazione e il rendimento.

Si chiamano prevenzione e profilassi le misure che permettono di evitare qualsiasi minaccia per la salute.

La prevenzione e la profilassi sono temi importanti nel campo della sanità. Sono mirate a preservare la salute dei singoli individui, ma anche, nella misura in cui consentono di evitare l'insorgenza di malattie e di infortuni, a far risparmiare grandi somme di denaro.

Questi due termini vi accompagneranno lungo tutta la vostra attività professionale, in tutti i settori.

Definizione

Il termine prevenzione deriva dal latino e significa: «mettere le mani avanti, evitare le malattie». L'attuazione di provvedimenti mirati deve perciò consentire di ridurre o ritardare qualsiasi rischio di compromissione della salute.

Il termine profilassi deriva dal greco e significa «prevenire, anticipare, proteggere». La profilassi è la branca della prevenzione che comprende le varie misure volte a impedire l'insorgenza di malattie e il prodursi di infortuni o complicazioni.

Impulso

Quali sono le misure di profilassi attuate nella vostra struttura?

Impulso

Cosa fa il vostro datore di lavoro per tutelarvi dalla malattia?

1.3.3 La promozione della salute

Fanno parte della promozione della salute le misure che:

- ▶ influiscono sul comportamento degli individui, al fine di mantenerli sani;
- ▶ influiscono sull'ambiente di vita in modo da impedire danni alla salute delle persone.

L'obiettivo della promozione della salute consiste nell'elaborare uno stile di vita sano e favorire il benessere generale.

A questo scopo, ciascuno deve essere disposto ad acquisire conoscenze riguardanti la salute e il suo sviluppo e, se del caso, essere pronto a modificare il proprio comportamento (per es. smettendo di fumare).

A Le risorse per la promozione della salute

Sono le capacità, le forze e le possibilità che permettono a chiunque di gestire la propria vita e le proprie malattie e di operare in favore della propria salute.

Per mantenere la salute, è importante individuare e sfruttare queste risorse.

Si possono distinguere vari tipi di risorse:

Le risorse per la promozione della salute**Esempi**

- ▶ Alimentazione sana
- ▶ Ambiente sociale appropriato
- ▶ Autostima
- ▶ Fiducia in se stessi
- ▶ Amici
- ▶ Persone di fiducia
- ▶ Valori e regole che consentano di promuovere la salute

B Le risorse per la promozione della salute nella struttura

I provvedimenti messi in atto nelle strutture per promuovere la salute mirano innanzitutto a ridurre i costi generati dall'assenza di collaboratori causata da malattia o infortunio. In questi casi il lavoro dovrà essere svolto da personale meno numeroso, che dovrà perciò far fronte a un maggior carico di lavoro e di conseguenza tenderà ad ammalarsi più facilmente.

Gli abiti che indossate devono essere sempre puliti. Molte strutture forniscono abiti da lavoro, che devono essere dati in lavanderia a intervalli regolari.

Sul lavoro non indossate indumenti di lana, che di norma non vengono lavati spesso e nel cui materiale possono proliferare gli agenti patogeni.

Le calzature che portate sul lavoro devono essere disinfettate regolarmente. Non sono ammesse scarpe di stoffa.

Gioielli portati sulle mani e sulle braccia, lunghe collane e piercing su punti visibili del corpo sono altrettanti luoghi dove possono annidarsi gli agenti patogeni.

2.1.3 L'igiene ospedaliera/domestica

Definizione

Con il termine igiene ospedaliera non si intende solo l'igiene relativa agli ospedali, ma anche alle case di riposo e ai centri per persone portatrici di handicap.

Chi vive in questo tipo di strutture è particolarmente minacciato dalle infezioni, perché possiede una minore resistenza agli agenti patogeni rispetto alle persone in buona salute. Le persone portatrici di handicap in buona salute hanno invece la stessa resistenza alle infezioni di qualsiasi persona sana.

Si tratta dunque dell'igiene sul vostro posto di lavoro.

Gli agenti patogeni presenti negli ospedali hanno spesso una maggiore resistenza di quelli di casa. Le infezioni da essi provocate sono spesso più gravi.

È per questo che l'igiene ospedaliera è particolarmente importante. Essa mira a proteggere i clienti da tutti gli agenti patogeni indesiderati tramite vari mezzi e metodi, impedendo così lo sviluppo e la propagazione di malattie.

Ciascun collaboratore è responsabile delle misure igieniche applicate nel proprio settore, che devono essere attuate in modo permanente e completo.

2.1.4 L'igiene ambientale

Definizione

L'igiene ambientale si occupa dei fattori ambientali che influiscono sulla salute dell'uomo. Ne fa parte per esempio l'igiene dell'acqua, dell'aria, dei rifiuti o delle derrate alimentari.

Anche l'igiene ambientale è importante nelle strutture che operano in ambito sociale e assistenziale. Essa viene applicata per esempio:

- ▶ al momento dell'acquisto di materiali: si bada a non ordinare una quantità eccessiva di materiale che, se non utilizzato, potrebbe superare la data di scadenza e dover essere eliminato;
- ▶ al momento dell'eliminazione dei rifiuti: i rifiuti devono sempre essere separati.

2.2 Le infezioni

Ovunque nel mondo l'uomo vive a contatto con agenti patogeni, come batteri o virus. Li respira, li inghiotte con il cibo. La pelle e l'intestino ne sono colonizzati. **Malgrado ciò, solo alcuni di questi agenti patogeni sono capaci di far ammalare l'essere umano. Le persone sane sono in realtà abbastanza resistenti da lottare contro gli agenti patogeni.**

Dato che nelle strutture assistenziali proliferano numerosi agenti patogeni, è importante che sappiate come si sviluppa e come si trasmette un'infezione. Solo così potrete contribuire alla lotta contro la proliferazione degli agenti patogeni.

Gli agenti patogeni sono ad esempio: virus; batterio/batteri; fungo/funghi.

Virus

Un virus vive in una cellula umana o animale.

I virus possono causare diverse malattie. Di speciale hanno il fatto che riescono ad alterare la propria forma. Ne è un buon esempio il virus dell'influenza, che può modificarsi ogni anno.

Batteri

Si distinguono due tipi di batteri: quelli che fanno ammalare e quelli che sono di vitale importanza, come ad esempio i batteri intestinali, che favoriscono la digestione. A differenza dei virus, i batteri sono organismi viventi. Anche i batteri possono trasmettere malattie.

Rispetto alle malattie virali, quelle batteriche possono essere curate con un antibiotico.

Funghi

I funghi possono essere suddivisi in utili e dannosi. Quelli utili sono, ad esempio, i lieviti, mentre quelli dannosi sono funghi che causano, ad es., il mugugno orale.

Definizione

In termini tecnici un'infezione si chiama «contaminazione».

L'infezione è la penetrazione e lo sviluppo di microrganismi nel corpo. Allora l'essere umano / l'animale è contaminato e può ammalarsi.

Anche la trasmissione e la proliferazione degli agenti patogeni fanno parte dell'infezione, proprio come la reazione dell'essere umano alla contaminazione. Ciò significa che un portatore di agenti patogeni può trasmetterli ad altre persone. I microrganismi possono proliferare nell'organismo umano e provocare così una reazione, che fa sì che la persona si ammali. Oltre agli esseri umani, anche gli animali e le piante possono essere vittime di infezioni.

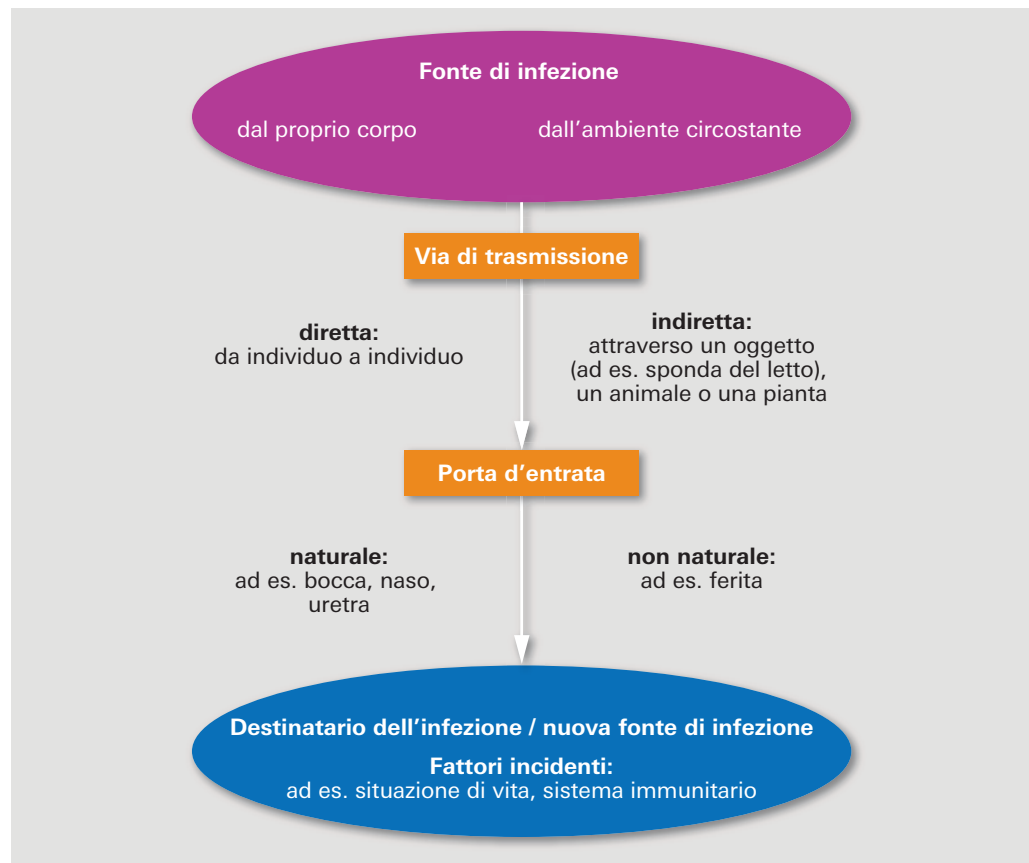
Definizione

La contaminazione è l'inquinamento di superfici, oggetti, aria o acqua con sostanze che potrebbero contenere agenti patogeni.

2.2.1 Le fonti di infezione

La catena infettiva indica il percorso seguito dai microrganismi patogeni e consente di ripercorrere lo sviluppo di un'infezione.

Illustrazione 3 La catena infettiva



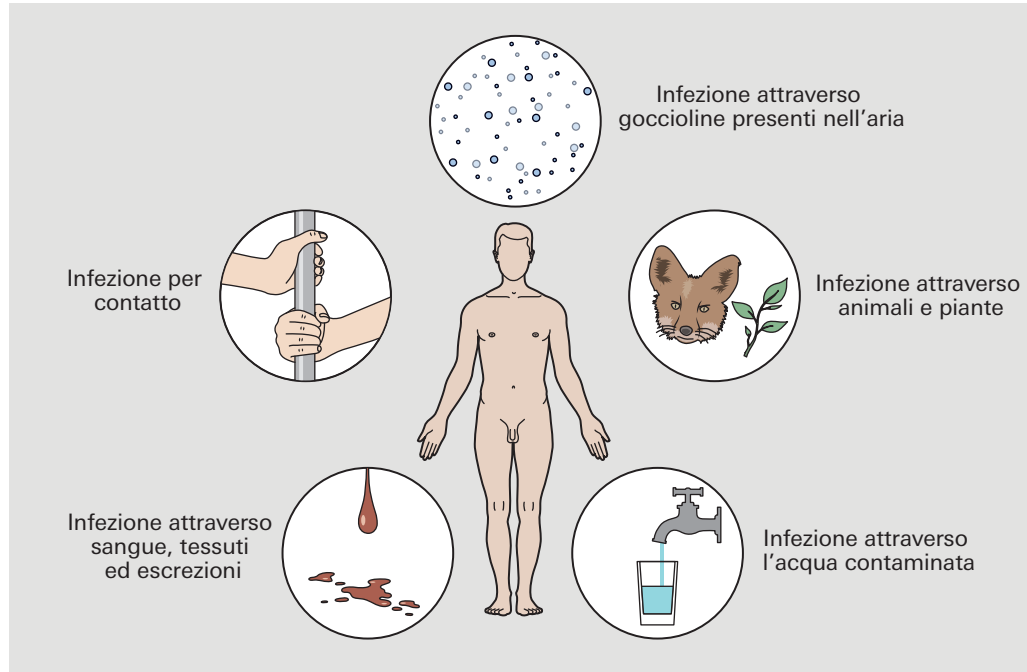
Definizione

Le fonti di infezione sono i luoghi in cui i microrganismi patogeni vivono e si sviluppano, e a partire dai quali possono diffondersi. Fra le fonti di infezione vi sono:

- ▶ gli esseri umani, per esempio i clienti, il personale, i visitatori
- ▶ gli animali, per esempio gatti, cani, roditori
- ▶ le piante, per esempio fiori recisi, la terra delle piante in vaso
- ▶ l'ambiente, per esempio i generi alimentari scaduti, gli agenti patogeni contenuti nell'acqua
- ▶ gli oggetti che si toccano, per esempio le maniglie delle porte, i termometri, le sponde del letto, gli strumenti.

2.2.2 Le vie di trasmissione

Illustrazione 4 Le vie di trasmissione



Quando gli agenti patogeni fuoriescono, questi possono passare da una persona all'altra in molti modi. Inoltre possono passare anche da un oggetto a una persona.

La tabella sottostante indica alcune possibili vie di trasmissione, che dovete conoscere nell'ambito del vostro lavoro.

Via di trasmissione	Esempi
Infezione da goccioline proiettate (starnuto, tosse), espirando l'aria, parlando	Raffreddore Influenza
Infezione da contatto con mucose od organi escretori	Influenza intestinale Infezioni intestinali Infezione da AIDS
Sangue, latte materno	Epatite (infiammazione del fegato)
Derrate alimentari	Salmonellosi
Mani sporche	Infezioni intestinali Infezioni delle ferite
Fonti di infezione non viventi	Tutti gli agenti patogeni capaci di sopravvivere sugli oggetti e di trasmettere le malattie citate sopra

2.2.3 Le porte d'entrata e d'uscita

I microrganismi patogeni sono in grado di penetrare nell'organismo umano sfruttando le minime lesioni della pelle o delle mucose. **Qualsiasi orifizio corporeo può essere sia una porta d'entrata sia una porta d'uscita e può accogliere o rilasciare agenti patogeni.**

- ▶ La pelle delle mani secca presenta spesso piccole screpolature.
- ▶ La pelle può presentare lesioni provocate da punture di insetti.
- ▶ Gli agenti patogeni possono avere accesso all'organismo tramite gli orifizi naturali e proliferarvi: occhi, naso, bocca, canali urinari, organi sessuali.
- ▶ Le ferite da interventi chirurgici costituiscono importanti entrate per gli agenti patogeni (orifizi non naturali).
- ▶ La pelle è lesa durante le iniezioni.

Impulso

Il Sig. Ducci riceve la visita della moglie. È stato colpito da un'infezione polmonare, e perciò tosse molto e spesso. Indicate in che modo i batteri possono passare dal Sig. Ducci alla moglie.

2.2.4 Le malattie infettive

Definizione

L'essere umano può ospitare degli agenti patogeni senza per questo essere malato, per esempio se ha già contratto una malattia contro la quale è perciò immunizzato. Le malattie infantili come gli orecchioni o la scarlattina appartengono a questa categoria di infezioni.

È solo quando una persona si ammala in seguito a un'infezione che si parla di malattia infettiva.

A Le cause

Gli agenti patogeni che possono provocare infezioni sono di vario tipo:

Agenti patogeni	Esempi
Batteri	Polmonite, infezione alle vie urinarie
Virus	Influenza, novovirus
Funghi	Mughetto orale

B I sintomi

Una malattia infettiva può manifestarsi attraverso diversi sintomi. A volte compare anche la febbre. Spesso insorgono anche segni d'infezione, tra cui:

- ▶ arrossamenti
- ▶ temperatura elevata
- ▶ gonfiore
- ▶ dolore
- ▶ funzione lesa

C La prevenzione delle infezioni

«Prevenire è meglio che curare». È proprio in questo settore della sanità che è particolarmente importante seguire questa massima.

Ci sono varie possibilità per impedire l'insorgenza di un'infezione.

La principale misura preventiva consiste nell'attenersi scrupolosamente alle direttive sull'igiene.

In medicina, quando si parla di prevenzione si pensa subito alla vaccinazione. È in effetti possibile farsi vaccinare a titolo preventivo, per esempio contro le malattie dell'infanzia o contro l'influenza. Infatti quest'ultima vaccinazione in alcune strutture viene proposta di prassi ogni anno.

Impulso

Discutete in classe questa domanda: occorre sempre rispettare le misure d'igiene di fronte a una persona vaccinata contro l'influenza? Sostenete la vostra opinione.

Nella vita di tutti i giorni basterà lavarsi le mani con il sapone prima di ogni pasto. Alimentarsi in modo sano e praticare uno sport consente di rafforzare le difese immunitarie e di correre perciò meno rischi di contrarre una malattia infettiva. **La maggior parte delle infezioni nuove vengono contratte nelle strutture sanitarie. Qui, gli agenti patogeni possono sviluppare una resistenza agli antibiotici. Particolarmente pericoloso è il batterio MRSA.**

La vaccinazione non protegge da tutti gli agenti patogeni, e perciò le strutture che operano nel settore sanitario applicano ulteriori misure igieniche.

L'esempio del virus di Norwalk (norovirus) illustra molto bene l'importanza di queste misure.

D Un esempio: il norovirus

Il norovirus provoca forti gastroenteriti, ed è estremamente virulento: da 10 a 100 virus sono già sufficienti a contaminare un paziente. Questi virus sono perciò all'origine dell'insorgenza di malattie in luoghi dove numerose persone vivono o lavorano in uno spazio relativamente ristretto, come nel caso per esempio di famiglie o di persone che si trovano in case di riposo od ospedali.

Il norovirus si trova nel vomito o nelle feci.

È possibile che tracce di materia fecale infettate dal virus rimangano sulle mani e, da lì, passino alla bocca, cosa che può succedere per esempio se si mangia senza lavarsi le mani dopo essere andati al bagno.

Per evitare questa modalità di propagazione è dunque indispensabile lavarsi le mani dopo essere stati alla toilette.

Contaminazione

- ▶ Contaminazione per via orale
- ▶ La nebulizzazione che si forma quando una persona vomita può essere respirata da altri. Poiché il vomito è infettato dal virus, respirare queste emanazioni provoca la contaminazione
- ▶ Tracce di materia fecale o di vomito contaminati possono trovarsi sulle maniglie, sui rubinetti, sulle superfici della tavola, sui coperchi dei WC o su altri oggetti. Anche i generi alimentari e le bevande possono essere contaminati
- ▶ Toccando con le mani una superficie infetta per poi consumare del cibo si può incorrere in un'infezione

I norovirus sono molto resistenti agli sbalzi di temperatura e possono sopravvivere oltre dodici giorni sulla superficie degli oggetti

Sintomi	<p>La malattia si manifesta già da 12 a 48 ore dopo la contaminazione</p> <p>La persona infettata presenta attacchi di vomito, forte diarrea, lamenta spesso dolore al ventre e ai muscoli, soffre di mal di testa</p> <p>Spesso il malato può anche avere la febbre</p> <p>La malattia scompare dopo 2 o 3 giorni</p> <p>Questa malattia può portare alla morte persone anziane o malate</p>
Prevenzione	<p>Non esiste alcun vaccino né medicamento preventivo</p> <p>È essenziale applicare una buona igiene delle mani e lavarle accuratamente con sapone, in special modo dopo essere stati alla toilette</p> <p>Inoltre, gli oggetti o le superfici che possono essere stati a contatto con feci o vomito devono essere puliti e poi disinfettati</p> <p>I malati devono restare a digiuno. Quanto al personale delle strutture a rischio (case di riposo per persone anziane, ospedali, strutture per persone portatrici di handicap), in caso di contaminazione deve evitare di recarsi al lavoro fino ad almeno 2 o 3 giorni dopo la scomparsa dei sintomi</p>

Ora sapete da dove possono provenire gli agenti patogeni e per quali vie si propagano. Adottando misure adeguate, siete in grado di diminuire e persino eliminare del tutto le fonti di infezione e le vie di trasmissione.

È d'obbligo segnalare i casi di malattie dovute al norovirus.

2.3 Le misure d'igiene

Per ridurre al massimo i rischi di infezione sia per voi che per i clienti, vanno rispettati i principi basilari d'igiene.

L'applicazione costante dei principi igienici può interrompere la catena di contaminazione, salvando così delle vite e contribuendo inoltre a ridurre i costi. I seguenti principi fanno parte delle misure d'igiene:

Asepsi medica = riduzione degli agenti patogeni	<p>Le misure per la riduzione degli agenti patogeni comprendono la pulizia e la disinfezione. Tali misure consentono di rendere inoffensivi gli agenti patogeni. L'asepsi medica comprende l'insieme delle misure che consentono di ridurre al minimo il numero di agenti patogeni presenti sul corpo (e in particolare sulle mani) del personale assistenziale. La sua finalità è quella di impedire la penetrazione di germi patogeni nel corpo grazie a prodotti disinfettanti.</p>
Asepsi chirurgica = assenza di agenti patogeni = sterile	<p>L'asepsi chirurgica comprende l'insieme delle misure volte a impedire la penetrazione di agenti patogeni nel corpo o la contaminazione da parte di tali microrganismi. Si ottiene sterilizzando gli strumenti, i set per medicazioni e in genere il materiale di cura. La sterilizzazione consente di uccidere gli agenti patogeni.</p>

La protezione contro la contaminazione

L'eliminazione dello sporco e la protezione dalle infezioni e dalla contaminazione nell'essere umano comprendono:

- ▶ misure architettoniche o tecniche, come per esempio speciali locali di pulizia e sterilizzazione, strumenti di sterilizzazione e impiego di materiale monouso
- ▶ la protezione delle persone tramite abiti da lavoro specifici come mascherine, guanti, grembiuli
- ▶ l'attuazione di condizioni organizzative quali regole d'igiene personale, rispetto dell'asepsi, corretta gestione dei rifiuti, costante igiene delle mani.

2.3.1 L'igiene delle mani

L'obiettivo dell'igiene delle mani è di evitare la trasmissione di agenti patogeni da una persona all'altra. Il personale addetto alle cure socio-sanitarie deve essere protetto dalla contaminazione, allo stesso modo dei visitatori. **Dato che ciascun cliente è una potenziale fonte di agenti patogeni, il personale di cura deve rispettare sempre e in qualsiasi circostanza l'igiene delle mani.**

L'igiene delle mani comprende:

- ▶ il lavaggio delle mani
- ▶ la disinfezione delle mani
- ▶ la cura e la protezione della pelle



La disinfezione delle mani

La tabella sottostante indica quando e come dovete disinfettarvi le mani nell'ambito della vostra attività.

2.3.2 Le misure di protezione in caso di contatto con liquidi organici

I liquidi organici sono:

- ▶ il sangue
- ▶ le espettorazioni (in caso di tosse)
- ▶ la saliva
- ▶ le lacrime
- ▶ le secrezioni vaginali e l'eiaculato
- ▶ l'urina
- ▶ le feci
- ▶ l'essudato delle ferite
- ▶ latte materno

Attenzione: qualsiasi liquido organico può contenere agenti patogeni!

Le misure di protezione comprendono l'uso di guanti, grembiuli e occhiali protettivi, nonché la manipolazione corretta di biancheria e utensili e l'eliminazione adeguata dei liquidi organici.

I guanti

In caso di contatto certo o probabile con liquidi organici oppure con oggetti, superfici o altro contaminati da questi ultimi, è obbligatorio indossare guanti monouso.

I guanti devono essere tolti o cambiati dopo qualsiasi contatto con liquidi organici, e vanno anche cambiati prima di passare da un cliente all'altro.

I guanti non garantiscono una protezione al 100%, ed è per questo che, dopo averli tolti, occorre comunque disinfettare le mani. I guanti vanno cambiati dopo ogni attività e dopo ciascun cliente.

Per evitare qualsiasi contaminazione, bisogna disinfettarsi le mani dopo aver tolto i guanti (rischio di contaminazione tramite i guanti).

Il grembiule

Si indossa un grembiule di protezione quando si prevede un contatto con considerevoli quantità di liquidi organici (per es. in caso di forte diarrea o quando il letto del paziente è stato a contatto con grandi quantità di liquidi organici).

I grembiuli di protezione di stoffa possono essere riutilizzati più volte. I grembiuli bagnati o sporchi devono essere immediatamente cambiati.

È necessario indossare un grembiule di protezione anche quando si entra nella stanza di un cliente in isolamento. Secondo le regole dell'isolamento, i grembiuli di protezione devono essere disponibili davanti alla porta della stanza in questione o nelle immediate vicinanze della porta.

La mascherina e gli occhiali protettivi

La mascherina e gli occhiali protettivi servono a evitare qualsiasi contatto fra le mucose (bocca, naso od occhi) ed emissioni o goccioline di liquidi organici. Anche chi è raffreddato dovrebbe portare una mascherina per evitare di contagiare i clienti.

Si raccomanda di indossare guanti, grembiule, mascherina e occhiali anche quando si manipolano alcuni prodotti disinfettanti.

La biancheria

Negli ospedali la biancheria personale e da letto dei clienti viene raccolta in sacchi di plastica o stoffa. In caso di forte insudiciamento (feci, urina, sangue ecc.) la biancheria viene raccolta in un sacco di plastica separato.

La biancheria delle persone anziane o delle persone portatrici di handicap che vivono in una casa di riposo viene lavata separatamente.

Gli apparecchi / gli strumenti

Dopo l'uso, gli apparecchi e gli strumenti devono essere disinfettati e/o sterilizzati prima di essere usati per un altro cliente. La disinfezione deve avvenire immediatamente dopo l'uso dell'apparecchio o dello strumento. Occorre evitare di riporre provvisoriamente oggetti o strumenti contaminati.

Devono essere osservati i piani di pulizia e disinfezione in vigore nella struttura.

L'eliminazione dei liquidi organici

I liquidi organici, come feci, urina e vomito devono essere immediatamente eliminati. Le sacche urinarie eliminate e i contenitori usati devono essere sciacquati e disinfettati nella lavatrice apposita.

2.3.3 La decontaminazione (soluzione disinfettante)

Definizione

La predisinfezione, detta anche decontaminazione, è il primo trattamento da eseguire su oggetti e materiali sporchi di materiale organico, allo scopo di eliminare, distruggere o inibire i microrganismi indesiderati e di facilitare l'ulteriore pulizia. Ha anche lo scopo di proteggere il personale durante la manipolazione degli strumenti e di evitare la contaminazione dell'ambiente.

Gli strumenti e gli apparecchi devono sempre essere immersi in una soluzione disinfettante immediatamente dopo l'uso. Accertatevi che gli oggetti siano completamente immersi nella soluzione.

Dopo la predisinfezione, con la pulizia si elimina lo sporco visibile sugli oggetti. Per la pulizia si usano mezzi ausiliari come spazzole, panni, spugne e scope, e detersivi come solventi universali, detersivi multiuso o detersivi speciali.

2.3.4 La disinfezione

Definizione

La disinfezione consente di uccidere gli agenti patogeni. L'obiettivo è quello di ridurre al minimo il numero di agenti patogeni.

Fra le misure di disinfezione troviamo:

- ▶ la disinfezione delle mani
- ▶ la pulizia e disinfezione delle ferite
- ▶ la pulizia e la disinfezione degli apparecchi e degli strumenti sporchi;

Per la disinfezione degli apparecchi sono disponibili vari procedimenti:

Disinfezione termica	Disinfezione chimica
Gli oggetti sono sottoposti a elevato calore per almeno tre minuti o lavati in un apposito impianto (es: lavapadelle). Con questo metodo si possono disinfettare oggetti come per esempio articoli per neonati, strumenti o oggetti in caucciù	In questo caso si usano prodotti disinfettanti, soprattutto quando si tratta di oggetti che non resistono al calore. È indispensabile seguire scrupolosamente le istruzioni fornite dal fabbricante dei prodotti usati

A I prodotti disinfettanti

Quando si usano prodotti disinfettanti, occorre rispettare alcune importanti regole:

- ▶ indossare guanti (eccetto se il prodotto è destinato alla disinfezione delle mani). Se necessario, indossare anche occhiali e indumenti protettivi;
- ▶ versare sempre nell'acqua il prodotto disinfettante da diluire e non l'acqua nel prodotto (per evitare gli schizzi e la formazione di schiuma);
- ▶ usare acqua fredda per evitare che si formino vapori;
- ▶ rispettare le indicazioni di dosaggio.

Sia per la casa che per le strutture assistenziali esistono diversi prodotti disinfettanti, fra cui prodotti contenenti alcol o altre sostanze chimiche.

Attenetevi ai vari campi di applicazione indicati per i prodotti. Non tutti i prodotti disinfettanti sono utilizzabili per tutti gli oggetti.

Alcuni di questi prodotti sono tossici, e per questa ragione le confezioni riportano sempre indicazioni circa il modo di utilizzarli e il loro campo d'uso.

B Le regole importanti della disinfezione

Disinfettare le superfici

È necessario rimuovere tutte le impurità visibili prima di usare il disinfettante. Altrimenti si corre il rischio che quest'ultimo non agisca efficacemente.

Disinfettare strumenti e oggetti

Gli strumenti e gli oggetti devono essere sempre puliti e disinfettati immediatamente dopo l'uso, per esempio con un apparecchio apposito. Numerosi oggetti che non resistono al calore devono essere immersi in una soluzione disinfettante dopo essere stati puliti. In questo caso, accertatevi che l'oggetto sia completamente immerso nel disinfettante.

2.3.5 La sterilizzazione

Definizione

La sterilizzazione permette di distruggere tutti gli agenti patogeni, e perciò di neutralizzarli. Gli oggetti che sono stati sterilizzati sono chiamati sterili.

La sterilità è sempre uno stato assoluto. Ciò significa che un oggetto può essere sterile o no, ma in nessun caso può essere «quasi sterile» o «leggermente non sterile».

A I vari metodi di sterilizzazione

Per la sterilizzazione si possono usare vari procedimenti. Imparerete a conoscerli nella pratica. Attualmente si preferisce per quanto possibile utilizzare materiali monouso. Il materiale sterile è confezionato in modo speciale affinché rimanga sterile.

B I prodotti sterili

Definizione

Per prodotti sterili si intende tutto il materiale sterile o che è stato sottoposto a sterilizzazione.

Nel campo dei prodotti sterili, è necessario osservare che:

- ▶ tutti gli strumenti e il materiale da sterilizzare siano stati preventivamente puliti e disinfettati (immergendoli in una soluzione disinfettante). Gli strumenti e il materiale vanno smontati, affinché vengano sterilizzate tutte le superfici;
- ▶ i prodotti sterili siano confezionati in modo corretto con materiale adatto;
- ▶ i prodotti sterili siano riposti in un luogo asciutto, pulito e al riparo dalla polvere;
- ▶ la confezione sia intatta;
- ▶ venga rispettato il periodo di validità a magazzino indicato sulla confezione;
- ▶ i prodotti sterili vengano aperti solo immediatamente prima dell'uso.

2.3.6 Lo smaltimento

Ogni giorno le case, le strutture sanitarie, l'industria e l'artigianato producono vari tipi di rifiuti.

Allo scopo di gestire i rifiuti in modo ecologicamente corretto, è fatto obbligo di rispettare alcune direttive circa la loro eliminazione. Ciò significa soprattutto che si cerca di produrre meno rifiuti possibile, e di separare quelli prodotti.

Nelle strutture i rifiuti vengono suddivisi in varie categorie, che vanno sottoposti a un trattamento differenziato:

Categoria	Che cosa comprende	Modalità di smaltimento
Categoria A	Rifiuti che non rappresentano alcun pericolo per l'ambiente Ne fanno parte i rifiuti domestici, i rifiuti alimentari e i rifiuti provenienti dalle mense	Raccolta in normali sacchi per spazzatura Raccolta in normali contenitori per rifiuti
Categoria B	Rifiuti che comportano un rischio di infezione Ne fanno parte il sangue, l'urina e le feci	In linea di massima questi rifiuti vengono smaltiti gettandoli nei WC o tramite l'impianto di lavaggio per le padelle La biancheria sporca viene raccolta in sacchi appositi Gli strumenti sporchi vengono puliti, poi disinfettati o sterilizzati Il materiale che non può essere né pulito né lavato viene messo in un sacco di plastica e smaltito con i rifiuti normali

Categoria	Che cosa comprende	Modalità di smaltimento
Categoria C	Rifiuti che comportano un rischio di infezione anche fuori dall'ospedale Ne fanno parte rifiuti quali aghi di siringhe usate, rifiuti prodotti da clienti in isolamento	I rifiuti di questo tipo devono essere raccolti sul luogo dove sono stati prodotti Ciò significa che vengono raccolti in contenitori speciali monouso chiusi con un coperchio, come per esempio i contenitori per aghi Questi contenitori speciali possono poi essere smaltiti con i rifiuti normali
Categoria D	Rifiuti che rappresentano un rischio per l'ambiente Ne fanno parte per esempio i prodotti chimici, i concimi, le lampade al neon	Questi rifiuti vengono raccolti in contenitori speciali che devono essere chiaramente contrassegnati I contenitori devono essere a tenuta stagna e devono poter essere chiusi Lo smaltimento di questi rifiuti è affidato a ditte specializzate, che li smaltiranno come rifiuti speciali tramite incenerimento

2.4 Le misure da adottare con i clienti in isolamento

2.4.1 I tipi di isolamento (i motivi dell'isolamento)

In una struttura i clienti possono essere messi in isolamento per due motivi:

- ▶ il cliente ha una malattia contagiosa. In questo caso si tratta di proteggere dal contagio il personale di cura e i visitatori;
- ▶ il sistema immunitario del cliente è indebolito, come accade per esempio dopo un trapianto. In questa situazione è il cliente che deve essere protetto dalle malattie.

2.4.2 Le misure generali

A seconda del tipo di malattia infettiva di cui soffre, il cliente dovrà affrontare restrizioni in molti campi della sua vita quotidiana.

Questi clienti hanno spesso poco appetito e devono bere molto.

Quando un cliente è allettato per un lungo periodo, è necessario applicare regolarmente le misure di profilassi contro le lesioni da compressione, la trombosi, la polmonite e le contratture.

Va sottolineato che l'isolamento rappresenta per la persona anche un isolamento sociale. Perciò, se il cliente è d'accordo, si dovrà programmare più tempo per parlare con lui.

Impulso

Immaginate di dover rimanere a letto per tre settimane, soli in una stanza. Non potete ricevere visite e il personale di cura entra nella vostra stanza solo in caso di bisogno, portando sempre un grembiule di protezione, una mascherina e guanti. Riflettete sull'effetto che vi farebbe questo isolamento.

Le misure di protezione spesso suscitano nel cliente un senso di insicurezza. In effetti i suoi contatti con la famiglia, i colleghi, gli amici o il lavoro sono limitati. Non può più dedicarsi ai propri hobby, i contatti fisici sono limitati allo stretto indispensabile e la sua libertà di movimento è notevolmente circoscritta.

Impulso

Se doveste rimanere isolati per lungo tempo, in che modo vorreste essere accuditi e incoraggiati? Secondo voi chi vi potrebbe aiutare?

Le seguenti misure d'ordine generale sono destinate a rendere la situazione il meno spiacevole possibile per il cliente e a dargli un senso di sicurezza:

- ▶ tenere conto delle abitudini del cliente, per esempio in tema di abbigliamento o per quanto riguarda l'orario dei pasti
- ▶ **reagire rapidamente** quando il cliente esprime un'esigenza
- ▶ essere interessati, ascoltare il cliente e prestargli attenzione
- ▶ creare un ambiente sicuro, pulito e confortevole
- ▶ **effettuare regolarmente e correttamente la profilassi**

2.4.3 L'isolamento dei clienti colpiti da malattie infettive

I punti seguenti devono essere osservati da parte delle varie persone coinvolte:

Personale	In caso di contatto diretto, portare un camice di protezione Può anche essere necessario portare una mascherina Disinfettarsi le mani prima di entrare nella stanza e prima di uscirne Raccogliere il materiale utilizzato o sporco direttamente nella stanza e metterlo in contenitori / sacchi richiudibili prima di uscire dalla stanza
Clienti	Il cliente non deve lasciare la stanza senza un'autorizzazione esplicita La porta della stanza deve rimanere chiusa
Visitatori	I visitatori devono presentarsi al personale di cura Il personale di cura deve spiegare ai visitatori le varie misure di protezione che sono state applicate

2.4.4 L'isolamento dei clienti con sistema immunitario indebolito

I punti seguenti devono essere osservati da parte delle varie persone coinvolte:

Personale	Vedere sopra.
Clienti	Vedere sopra.
Visitatori	Vedere sopra. Inoltre: se presentate il minimo sintomo di malattia infettiva (per es. un raffreddore), non vi è permesso entrare nella stanza.

B La gestione ecologica dell'acqua

Per vivere è indispensabile avere acqua pulita e potabile. In Svizzera, sebbene l'acqua sia di buona qualità e disponibile in quantità sufficiente, è tuttavia necessario fare particolare attenzione alla gestione dell'acqua.

Seguendo queste istruzioni potete ottenere un risparmio di acqua:

- ▶ fate la doccia invece del bagno (ciò vale sia per voi che per i clienti della struttura);
- ▶ non lasciate scorrere l'acqua inutilmente mentre vi lavate i denti o vi rasate;
- ▶ avviate la lavatrice o la lavastoviglie solo quando è piena;
- ▶ i rubinetti moderni permettono di risparmiare acqua. Inoltre è possibile installare dei regolatori di flusso o manopole doccia a basso consumo;
- ▶ quando azionate lo scarico della toilette non è sempre necessario utilizzare tutto il contenuto del serbatoio;
- ▶ fate riparare immediatamente i rubinetti che perdono;
- ▶ non gettate mai resti di grasso o di olio nello scarico.

C La gestione ecologica dell'energia

- ▶ arieggiare: durante la stagione fredda, spalancate per breve tempo le finestre parecchie volte al giorno. Non lasciatele mai socchiuse in permanenza;
- ▶ utilizzate lampadine a basso consumo energetico;
- ▶ quando acquistate un apparecchio elettrico, verificate sempre l'etichetta energetica;
- ▶ non lasciate aperto lo sportello del congelatore o del frigorifero;
- ▶ per cucinare usate una pentola a pressione o mettete sempre un coperchio sulle pentole normali;
- ▶ non lasciate televisione, impianto stereo o computer in stand by. Quando sono inutilizzati bisogna spegnerli.

Impulso

In che modo e dove potete contribuire al risparmio energetico nella vostra struttura?
Quali suggerimenti potreste avanzare a questo proposito al vostro superiore gerarchico?

D Separare e smaltire i rifiuti








Prima o poi tutti i beni di consumo finiscono nella pattumiera. Oggigiorno il comportamento consumistico induce molte persone ad acquistare dei prodotti per poi disfarsene dopo breve tempo. Effettivamente oggi è talvolta meno caro ricomprare un apparecchio che farlo riparare. Questo modo di fare però genera una quantità enorme di rifiuti. Alcuni materiali, però, come per esempio vetro o PET, possono essere raccolti, riciclati e riutilizzati.



E Littering

Per littering si intende l'atto di sporcare le aree pubbliche. I rifiuti vengono gettati o abbandonati con noncuranza, invece di essere smaltiti negli appositi contenitori. Alcuni comuni hanno introdotto delle multe per chi commette questo atto. Il littering comporta il rischio di una propagazione di parassiti.

F Sindrome Messie

Un altro fenomeno è la sindrome Messie, in cui gli individui affetti accumulano una determinata tipologia di cose e non sono in grado di gettar via nulla. In parte, a questo comportamento subentra un generale stato di abbandono.

Symbol	Descrizione	Perché?	Smaltimento
	Foglio di alluminio, lattine, tubetti e coperchi in alluminio e alluminio sottile	L'alluminio può essere riciclato un illimitato numero di volte, consentendo di risparmiare energia e materie prime. Dovreste comunque evitare per quanto possibile di utilizzare fogli e lattine di alluminio	Centri di raccolta
	Rifiuti organici compostabili Bucce, fondi di caffè con filtro di carta, gusci d'uovo, sacchetti del tè, fiori recisi, scarti di giardino, erba, foglie ecc.	I rifiuti organici contengono fino al 90% di acqua e sono perciò molto difficili da incenerire. Per questo vengono trasformati in compost, con il quale si può poi concimare il terreno.	Contenitori verdi Pattumiera per composto
	Lampade a fluorescenza, lampadine a basso consumo, tubi al neon	Questi oggetti contengono metalli pesanti e sono perciò considerati rifiuti speciali. Quando vengono distrutti rilasciano sostanze tossiche	Non devono essere gettati nella pattumiera né portati ai centri di raccolta ufficiali, ma riportati al punto vendita
 	Scatole in cartone non patinato e in cartone ondulato, cartone normale, cartone per verdure, sacchetti di carta Carta: giornali, riviste, stampati non cellofanati, elenchi telefonici, buste senza finestra, fotocopie, libri tascabili senza rilegatura	Per produrre la stessa quantità di carta bianca invece che di carta interamente riciclata si usano venti volte più alberi, cento volte più acqua e tre volte più energia	Raccolta di carta e cartone
	Bottiglie per bevande in PET (eccetto le bottiglie in PET che hanno contenuto olio, aceto, latte e shampoo, o altri tipi di imballaggi in PET)	Il PET può essere riutilizzato o trasformato in altri prodotti. Riciclandolo si possono risparmiare materie prime (petrolio)	I contenitori per la raccolta del PET si trovano nei negozi, nelle scuole ecc.
	Bottiglie di plastica , ad es. latte	Possono essere riutilizzate	Contenitori di raccolta per il PE situati nei negozi

Symbol	Descrizione	Perché?	Smaltimento
	Mobili in buono stato ecc.	Gli oggetti in buono stato possono essere devoluti a organizzazioni caritatevoli che li rivenderanno, oppure essere messi in vendita tramite Internet	Smaltimento a seconda del materiale che li costituisce
	Oli alimentari, lubrificanti, grassi, olio di friggitrice	Non gettarli mai nella toilette o nel lavandino, perché potrebbero ostruire la canalizzazione e inquinare le acque	Portare al centro di raccolta rifiuti in contenitori chiusi

Impulso

Sapete dove si trova il centro di raccolta rifiuti più vicino a voi?
Quali sono i tipi di rifiuti che potete depositarvi?

3.2 La prevenzione degli infortuni domestici

Ogni anno si verificano circa 550'000 infortuni domestici che richiedono assistenza medica.

Malgrado elevati standard di sicurezza, in Svizzera si verificano ogni anno numerosi infortuni in casa o nel tempo libero. Questi incidenti comportano spesso postumi permanenti, o addirittura la morte. Ad essere colpiti sono prevalentemente i bambini, gli adolescenti e gli anziani.

Gli infortuni più frequenti sono cadute, tagli, scariche elettriche, ustioni e intossicazioni.

In qualità di addetti alle cure sociosanitarie siete responsabili insieme alle persone di cui vi prendete cura, indipendentemente dal fatto che abitino a domicilio o soggiornino in una casa di riposo o in ospedale. Anche qui i gruppi più a rischio sono i bambini e gli anziani, ragion per cui dovete essere in grado di riconoscere i rischi e sapere come prevenire gli infortuni domestici o gli infortuni nella struttura.