

Raccomandazione sull'uso delle mascherine

David Blumer, HR-AGS-GSP

Data:
30.04.2020

Domanda

Quando è indicata la mascherina e come deve essere usata?

Stato attuale delle conoscenze

«Non è raccomandato l'uso di mascherine per la protezione dei lavoratori. Fanno eccezione le professioni in cui la mascherina deve essere indossata per altri motivi operativi (ad es. personale sanitario).» (UFSP).

Raccomandazione per l'uso delle mascherine

Oltre alle professioni in cui le mascherine erano o dovevano già essere utilizzate prima dell'emergenza COVID-19 (ad es. per la molatura, sostituzione dei tappetini filtranti ecc.), fondamentalmente al momento le mascherine sono indicate per la tutela dei collaboratori solo:

- per le attività in cui non è possibile rispettare la distanza minima di 2 metri dalle altre persone, che durano complessivamente più di 15 minuti e
- in cui non è possibile intervenire in modo sensato con provvedimenti tecnici (ad es. pannelli in plexiglass) oppure organizzativi (ad es. smart working).

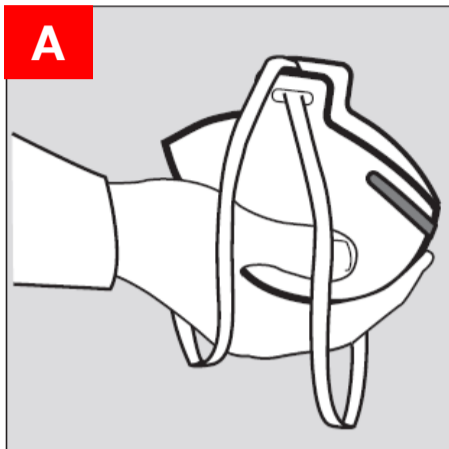
In base alle ultime conoscenze epidemiologiche sul COVID-19, l'uso della mascherina igienica da parte di entrambi gli interlocutori è sufficiente a proteggersi anche a meno di 2 metri di distanza. Finché non saranno disponibili sufficienti mascherine igieniche, per proteggersi dal contagio è possibile continuare a utilizzare le mascherine FFP2. Questo anche nella rara eventualità in cui l'uso della mascherina sia indicata con contatti obbligatori con persone esterne alle FFS.

Uso delle mascherine

- Se si indossa la mascherina, è molto importante usarla correttamente, altrimenti il rischio di contagio potrebbe addirittura aumentare.
- A tale proposito, è necessario istruire adeguatamente i collaboratori. Le istruzioni operative alle seguenti pagine vanno quindi seguite scrupolosamente.

Avvertenze importanti

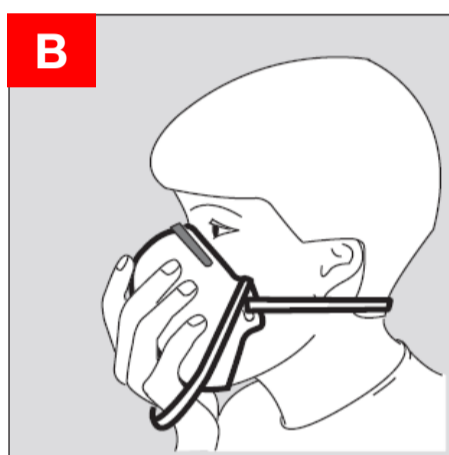
- La mascherina può essere indossata per massimo un turno di lavoro (8 ore).
- Quando si riscontra un'alta resistenza respiratoria significa che la mascherina dev'essere sostituita.
- Rasare i peli del viso prima di indossare la mascherina.
- Lavarsi accuratamente le mani subito prima di indossare la mascherina e subito dopo averla tolta.
- Non pulire o conservare le mascherine usate (tranne una volta in caso di pausa) ma gettarle.



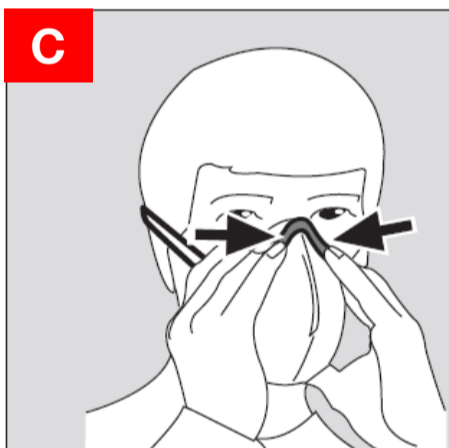
Prima di indossare la mascherina lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone e asciugarle con un fazzoletto di carta pulito.

Prendere in mano la mascherina lasciando gli elastici liberi sotto la mano (v. **figura A**).

Assicurarsi che la mascherina non abbia fori.



Posizionare la mascherina in modo da coprire completamente l'area che va dal naso al mento. Tirare l'elastico inferiore, farlo passare sopra alla testa e posizionarlo sulla nuca. Posizionare l'elastico superiore nella parte alta della testa (v. **figura B**).



Premere lo stringinaso con entrambe le mani per conformarlo alla forma del naso (v. **figura C**). L'uso di una sola mano potrebbe compromettere la tenuta e quindi la protezione respiratoria.



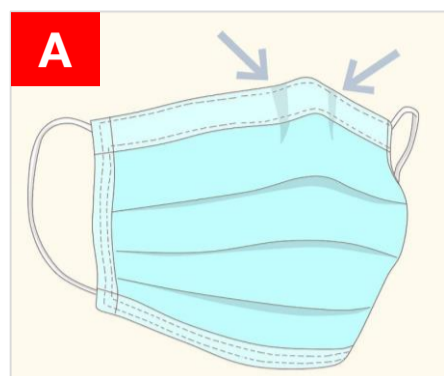
Verificare la tenuta sul viso coprendo con le due mani la mascherina ed espirando con forza (v. **figura D**). Se fuoriesce aria, aggiustare la posizione della mascherina.

Togliere la mascherina facendo passare sopra alla testa prima l'elastico inferiore e poi quello superiore senza toccare la parte anteriore della mascherina. Se possibile, smaltire la mascherina buttandola in un contenitore chiuso. Una volta per utilizzo, in caso di **pausa** prolungata, è possibile appoggiarla con attenzione su una superficie (ad es. apposita custodia) con la parte anteriore rivolta verso il basso. La mascherina può essere riutilizzata esclusivamente dalla stessa persona. Non toccare la mascherina perché potrebbe essere contaminata. Lavarsi le mani dopo la rimozione della mascherina.

Per indossare la mascherina dopo una pausa, ricominciare dalla **figura A** ed evitare di toccare l'interno della mascherina.

Avvertenze importanti:

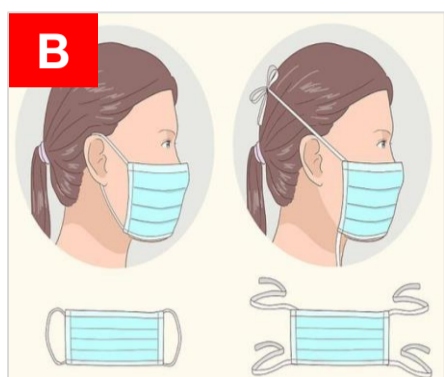
- La mascherina è monouso e va indossata per circa 4 ore + un percorso per recarsi al lavoro (anche se è umida).
- Sostituire la mascherina se è danneggiata.
- Le mascherine usate non vanno lavate o conservate, ma smaltite.
- Lavarsi accuratamente le mani prima di indossare la mascherina e dopo averla smaltita.
- Qui <https://www.youtube.com/user/bagofspufsp/videos> si trova un video ufficiale dell'UFSP sull'uso delle maschere igieniche.



Prima di **indossare la mascherina** lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone e asciugarle con un fazzoletto di carta pulito.

Posizionare la mascherina in modo che copra la bocca e il naso. La parte rinforzata va posizionata sul dorso del naso (vedi **figura A**).

Attenzione: Indossare la mascherina con la parte azzurra (colorata) rivolta verso l'esterno.



Posizionare gli anelli in gomma dietro le orecchie o legare i lacci dietro la testa iniziando da quello superiore (vedi **figura B**).



Posizionare la parte inferiore della mascherina sotto il mento (vedi **figura C**). Adattare la forma della parte superiore rinforzata in modo che il bordo della mascherina sia aderente alla pelle. La mascherina deve coprire il viso dal dorso del naso fino a sotto il mento.



Stringere la parte superiore rinforzata con il pollice e l'indice attorno al dorso del naso per coprire bene il naso (vedi **figura D**).

Se la mascherina è dotata di lacci, stringere il laccio inferiore alla base del capo.

Pause (ad es. bere/mangiare) e **interruzioni necessarie al funzionamento** (ad es. fischio di attenzione): togliere una fascia laterale in senso trasversale o aprire la fascetta superiore e ripiegare la maschera lateralmente o verso il basso (non toccare la maschera stessa). Rimettila di nuovo: Posizionare la fascia dietro l'orecchio o legare insieme le fasce superiori nella parte posteriore della testa. Se è necessario afferrare il tessuto stesso per rimettere la mascherina, lavarsi le mani dopo o, se non è possibile, disinfettarle.



Togliere la mascherina sfilando gli anelli e prestando attenzione a non toccare la parte anteriore della mascherina (vedi **figura E**). Se possibile, smaltire la mascherina in un contenitore chiuso. Non toccare la mascherina perché potrebbe essere contaminata. Dopo aver tolto la mascherina lavarsi accuratamente le mani.