

**I.C.NICCOLINI  
SAN GIULIANO TERME (PISA)**

**SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO  
GRADO 'NELSON MANDELA'**

**CLASSE 1D indirizzo sportivo**

*a.s.2019-2020*



**IGIENE & SALUTE**

# **IGIENE**



Ramo della medicina che studia le *interazioni* tra ambiente e salute umana e comprende anche i *criteri* che riguardano il *comportamento individuale e collettivo*. Il fine ultimo dell'igiene è la **prevenzione** per *evitare e combattere le* malattie e promuovere il **benessere**.

# ORGANISMI E MICRORGANISMI IN GRADO DI GENERARE MALATTIE (I)

## ★ PROTOZOI

(eucarioti unicellulari),  
responsabili di malattie quali  
la malaria, la toxoplasmosi,...



## ★ VERMI O ELMINTI

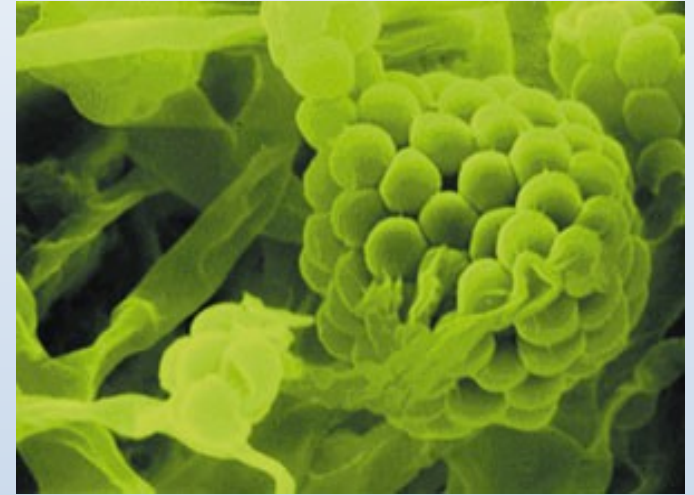
(eucarioti pluricellulari),  
responsabili di malattie quali  
la teniasi, la trichinellosi...



# ORGANISMI E MICRORGANISMI IN GRADO DI GENERARE MALATTIE (II)

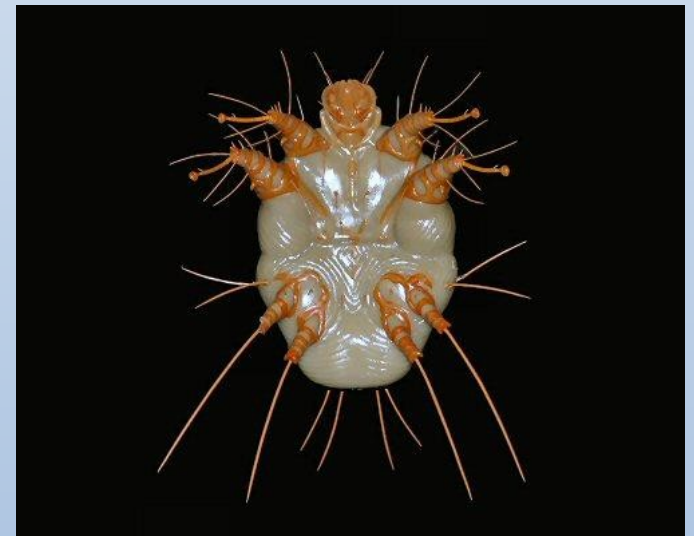
## ★ FUNGHI

microrganismi potenzialmente patogeni, suddivisi in lieviti (unicellulari) e muffe (pluricellulari); le infezioni date dai funghi sono dette *micosi*



## ★ ARTROPODI

(eucarioti pluricellulari), responsabili di alcune patologie quali scabbia, pulicosi, dermatiti...

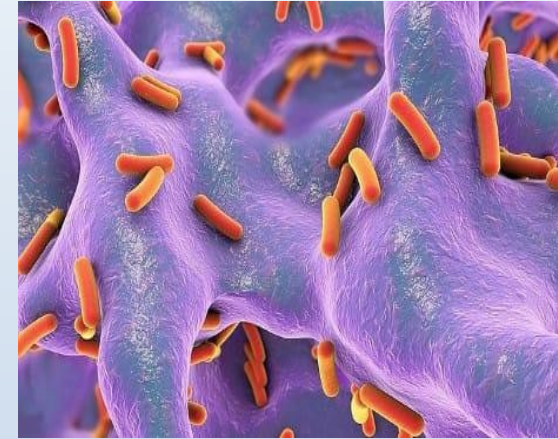




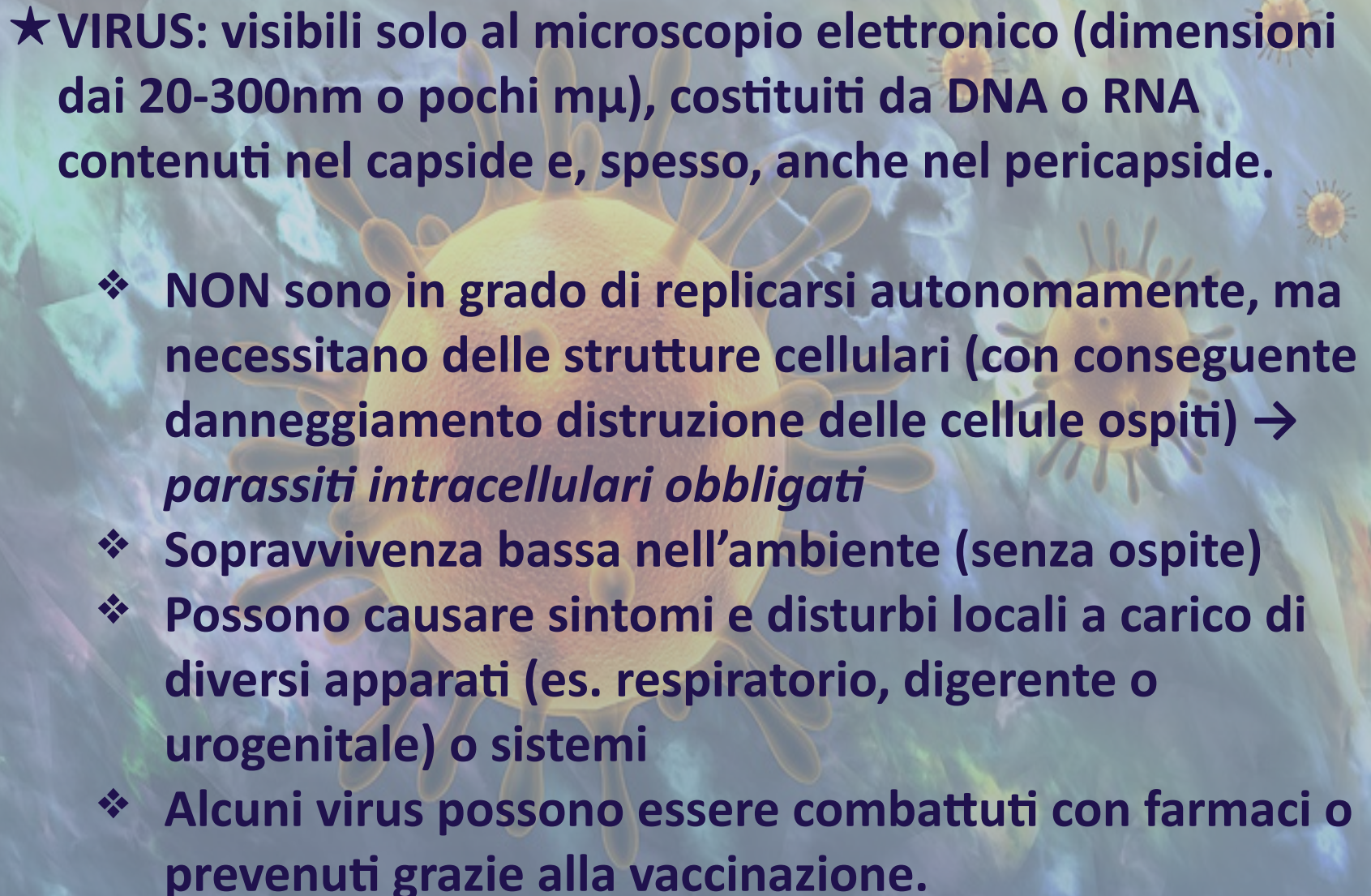
# ORGANISMI E MICRORGANISMI IN GRADO DI GENERARE MALATTIE (III)

★ **BATTERI:** microrganismi unicellulari, procarioti con dimensioni comprese tra 0,4 e 14 micron.

- ❖ Si riproducono autonomamente nell'ambiente e nei vari tessuti del corpo umano; vivono a spese di altri organismi e sono responsabili di danni più o meno gravi all'uomo
- ❖ Comunemente presenti sulla cute e sulle mucose
- ❖ Molti batteri possono sopravvivere e moltiplicarsi nell'ambiente, al di fuori del corpo umano, e possono essere trasmessi per via aerea, alimentare o per via sessuale.



# ORGANISMI E MICRORGANISMI IN GRADO DI GENERARE MALATTIE (IV)

- 
- ★ **VIRUS:** visibili solo al microscopio elettronico (dimensioni dai 20-300nm o pochi  $\mu\text{m}$ ), costituiti da DNA o RNA contenuti nel capside e, spesso, anche nel pericapside.
  - ❖ **NON** sono in grado di replicarsi autonomamente, ma necessitano delle strutture cellulari (con conseguente danneggiamento distruzione delle cellule ospiti) → *parassiti intracellulari obbligati*
  - ❖ Sopravvivenza bassa nell'ambiente (senza ospite)
  - ❖ Possono causare sintomi e disturbi locali a carico di diversi apparati (es. respiratorio, digerente o urogenitale) o sistemi
  - ❖ Alcuni virus possono essere combattuti con farmaci o prevenuti grazie alla vaccinazione.

# COME TENERE LONTANI VIRUS, BATTERI E ALTRO: regole generali


❖ CURARE LA PROPRIA IGIENE PERSONALE



❖ LAVARSI BENE LE MANI CON IL SAPONE OPPURE UTILIZZANDO UN GEL ALCOLICO





- 
- ❖ COPRIRSI LA BOCCA IN CASO DI TOSSE O RAFFREDDORE: LO STARNUTO PUO' DIFFONDERE MICRORGANISMI PATOGENI A 2-3METRI DI DISTANZA ALLA VELOCITA' DI CIRCA 160 Km/h



- ❖ E' FONDAMENTALE ANCHE UN'ACCURATA IGIENE DEL CORPO PER EVITARE IL PERICOLO DI UN'INFEZIONE O PER EVITARE DI TRASMETTERE L'INFEZIONE AD ALTRI

Proteggi te e gli altri dalle diffusione di germi

Ogni volta che tossisci o starnutisci **copri il naso e la bocca** con un fazzoletto o con le mani o con l'incavo del gomito 

 **Getta il fazzoletto negli appositi cestini**

**Lavati le mani** con il gel alcolico o con acqua e sapone dopo un colpo di tosse o uno starnuto e quando ti prendi cura di un malato 





**Persone a rischio d'infezione**

Tutti noi siamo a rischio. Ad alto rischio però, sono:

- Chi è già ammalato
- I giovanissimi
- Gli anziani



**Fonte d'origine dell'infezione**

Qualcuno o qualcosa che trasporta i microbi patogeni causa dell'infezioni. Le fonti d'infezione sono molte:

- Persone già infette
- Animali domestici e non
- Superficie sporche (maniglie, tastiere, bagni, ecc)

**Uscite per i microbi**

I microbi dannosi necessitano di uscire da una persona infetta per diffondere e causare l'infezione ad un'altra. Tali uscite sono:

- Starnutire e tossire
- Secrezioni del corpo

**Diffusione dell'infezione**

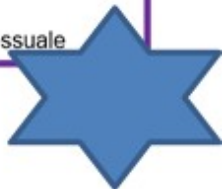
I microbi dannosi devono passare da una persona ad un'altra. Ciò avviene quando:

- Nel contatto
- Per trasmissione sessuale

**Entrate per i microbi**

I microbi dannosi necessitano di entrate accessibili al nostro corpo per causare un'infezione. Le entrate possono essere:

- Il cibo che mangiamo
- Inalazione di particelle nell'aria
- Ferite o tagli aperti nella cute
- Cose che mettiamo in bocca







# CORONAVIRUS: IL VADEMECUM

Il COVID-19 è una malattia virale infettiva respiratoria

La nota del Ministero della Salute su cosa fare e cosa evitare

**Sintomi** **generici**

- Febbre
- Tosse
- Difficoltà a respirare
- Fiato corto
- Sintomi gastro-intestinali
- Insufficienza renale
- Dissenteria

**gravi**

- Polmonite
- Gravi difficoltà respiratorie (Sars)

**MORTE**

**Trasmissione**  
da animale a uomo

da uomo a uomo

Vaccino in preparazione

**ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS**

- LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA
- EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO
- NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI
- EVITA LUOGHI AFFOLLATI
- EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA
- COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO

SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA, NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI

 [SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS](https://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus) 



# 'GALATEO ' A SCUOLA AI TEMPI DEL... Covid-19

...come cambierà il nostro  
modo di 'fare scuola'



- ❖ al suono della campanella entrare/uscire in modo ordinato e controllato dalla scuola
- ❖ distanza sociale: almeno un metro dagli insegnanti e dai compagni in ogni circostanza
- ❖ disinfettarsi e lavarsi spesso le mani specialmente prima/dopo la merenda
- ❖ tenere la mascherina (anche durante le interrogazioni!!) e toglierla solo nei momenti opportuni
- ❖ starnutire/tossire dentro un fazzoletto che andrà subito gettato nel cestino
- ❖ non scambiare oggetti scolastici, e non, con i compagni
- ❖ per il trasporto in pullman: indossare la mascherina e diminuire il numero di passeggeri

ma soprattutto...

**NON GIOCARE IN GRUPPO... NON ABBRACCIARSI...E (IMPOSSIBILE!!) RIMANERE SEDUTI AL PROPRIO POSTO, MANTENENDO POSSIBILMENTE LE DISTANZE DAGLI ALTRI IN AULE TROPPO PICCOLE CON BANCHI TROPPO RAVVICINATI!**

**TUTTO E' DIVERSO, MA  
TORNEREMO  
COME PRIMA CON SUCCESSO!!!**

**SE LONTANO DAL VIRUS VUOI  
STARE LE REGOLE DOVRAI  
RISPETTARE**

**Se bene  
vogliamo stare,  
con guanti e  
mascherina, a  
distanza  
dobbiamo stare.**

L'igiene è importante, lo  
dobbiamo ricordare,  
così ogni virus potremo  
eliminare!

**LE REGOLE NON SONO UN  
LIMITE!!**



**DISTANTI OGGI,  
PIU' VICINI DOMANI!**

**SE IN CASA NON  
VUOI RESTARE...**

**...  
LE REGOLE DOVRAI  
RISPETTARE!!**

**SE IL VIRUS VUOI  
SCACCIARE, A  
DISTANZA DEVI  
STARE !!**

**LA MIGLIORE  
SOLUZIONE? FARE USO  
DEL SAPONE!**

**se il mondo vuoi  
proteggere un po' di  
amuchina devi mettere!**



## **NOI!...classe 1D (sezione ad indirizzo sportivo):**

Zahira ACQUACHIARA - Zacharia BENTABET - Alexandra BERAVALLE- Eva BUONAMICI -  
Anna CIABATTI - Alessia CINI - Noemi COSTARELLA - Luca DEL GUERRA - Gloria FABBRINI - Marta  
FABOZZI - Caterina FAVATI - Gregorio FIORILLI - Valentina FUMAROLA - Susanna ILIESCU - Anna  
LANDINI - Lorenzo MAGNOZZI - Linda MARCHESCHI - Emma MERLINI -  
Luca PAOLICCHI - Gianmarco PARRINI - Marek PRZEBIERALA - Anna PUCCI -  
Christian PUNGENTE - Nicola SERANI