



RETURN TO DIVING POST COVID-19

Raccomandazione per il ritorno all'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistica ovvero professionale in caso di infezione SARS-CoV-2 asintomatica o con sintomi lievi gestiti al domicilio senza ricorso al ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche.

28 gennaio 2022

Ambito della raccomandazione.

La presente raccomandazione risponde al frequente quesito sulle modalità sanitarie per il ritorno all'immersione post infezione COVID. E' valida esclusivamente per l'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistica in caso di infezione SARS-CoV-2 asintomatica o con sintomi lievi gestiti al domicilio senza ricorso al ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche. Non è applicabile per i subacquei agonisti né ai subacquei professionisti. Sono esclusi i subacquei che siano stati ricoverati in ospedale o che abbiano subito diagnosi di polmonite, insufficienza cardiaca, polmonare o grave infezione trattata con terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche. Sono altresì esclusi i subacquei che, a seguito dell'infezione SARS-CoV-2, abbiano sintomi in atto. Per le categorie escluse dalla presente raccomandazione è obbligatorio il ricorso al medico subacqueo o medico dello sport.

Premesse.

Per l'attività sportiva agonistica, il **Ministero della Salute** ha recepito (DGPRES 0003566-P-18/01/2022) la raccomandazione della **Federazione Medico Sportiva Italiana (FMSI)** che concede la idoneità per il ritorno all'attività agonistica (return to play) dopo infezione COVID-19.ⁱ⁻ⁱⁱ E' richiesta la visita del medico dello sport con ECG basale e da sforzo, preferibilmente con misurazione della saturazione di ossigeno. La distanza della valutazione medica dal test negativo per infezione SARS-CoV-2 è di 7 giorni negli atleti con età inferiore a 40 anni, assenza di comorbidità cardiovascolare, ovvero che abbiano completato il ciclo vaccinale primario nei 120 giorni precedenti, ovvero siano guariti da infezione da SARS-CoV-2 nei 120 giorni precedenti. La distanza è di 14 giorni dal test per gli atleti con età maggiore di 40 anni, presenza di comorbidità, ovvero che non abbiano ricevuto la dose booster, ovvero non abbiano completato il ciclo vaccinale primario nei 120 giorni precedenti, ovvero non siano guariti da infezione da SARS-CoV-2 nei 120 giorni precedenti. La procedura prevede la firma, da parte dell'atleta, di un modulo di consenso informato dell'obbligo di informare il medico qualora l'infezione da SARS-CoV-2 sopraggiunga in corso di validità della certificazione di idoneità alla pratica dell'attività sportiva agonistica.

Il **Diving Medical Advisory Committee (DMAC)** per il lavoro subacqueo consente – Guidance DMAC 33 revision 3 - il ritorno all'immersione dopo 7 giorni dal test negativo, previa valutazione del Diver Medic Technician (Operatore Tecnico Subacqueo con formazione basilare sull'assistenza sanitaria), infermiere o medico subacqueo. E' richiesta spirometria e test da sforzo (anche test dello scalino, come il Chester Step Test) abbinato alla saturimetria.ⁱⁱⁱ

Raccomandazione

Quanto sopra premesso, Fondazione Mistral – in merito alla richiesta delle persone che praticano attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non a scopo agonistico (cioè escluso le competizioni) – ritiene appropriata la seguente procedura.



RETURN TO DIVING POST COVID-19

Raccomandazione per il ritorno all'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistica ovvero professionale in caso di infezione SARS-CoV-2 asintomatica o con sintomi lievi gestiti al domicilio senza ricorso al ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche.

Subacquei in gruppo 1 (asintomatici) e gruppo 2 (paucisintomatici, con sintomi lievi gestiti al domicilio e non siano ricorsi a ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche a causa di infezione da SARS-CoV-2): astensione dalle immersioni per 14 giorni dopo il test di ultima generazione (test ad immunofluorescenza) negativo per SARS-CoV-2. Si raccomanda fortemente di ripetere due test a distanza di 24 ore l'uno dall'altro. Il subacqueo deve eseguire un "autotest" da sforzo, come per esempio il test del cammino in 6 minuti (6MWT Six Minutes Walking Test) che indica l'efficienza del sistema respiratorio, cardiovascolare e dell'intero organismo. L'esame si esegue in presenza di un'altra persona pronta ad allertare il Dipartimento Emergenza in caso di malessere. Almeno un'ora dopo il pasto principale (non a digiuno). Nelle due ore precedenti il test evitare attività fisica intensa. Durante l'esecuzione dell'esame il subacqueo utilizza un cardiofrequenzimetro e un saturimetro che rilevano sia la frequenza cardiaca che la saturazione (in percentuale) di ossigeno del sangue. Il subacqueo pratica attività fisica per 6 minuti con uno sforzo moderato e ben tollerato, in zona comfort. La frequenza cardiaca deve essere, per la sicurezza, sotto il 70% della frequenza cardiaca massima teorica. Si può calcolare sottraendo a 208 il 70% della propria età. Per esempio: subacqueo di anni 50, durante il test dovrà mantenere una frequenza cardiaca di $[208 - (50 \cdot 0,7)] \cdot 0,7 = [208 - 35] \cdot 0,7 = 173 \cdot 0,7 = 121$ battiti per minuto. In generale, una frequenza cardiaca tra 120 e 130 battiti per minuto è ragionevolmente sufficiente. Al termine del test il subacqueo rimane a riposo e sorvegliato dal compagno per almeno 10 minuti. Alla fine del periodo di recupero si rivalutano i parametri (frequenza cardiaca, saturazione di ossigeno). Il test va interrotto immediatamente nel caso che il subacqueo accusi un improvviso dolore al petto, repentina comparsa di difficoltà respiratoria, crampi e dolore alle gambe, mancanza di forza improvvisa, vertigine, sudorazione profusa e pallore cutaneo. In tal caso il compagno deve allertare il Dipartimento Emergenza. L'autotest da sforzo è superato con successo in assenza di difficoltà o malessere, con la saturazione dell'ossigeno che rimanga costante in tutte le fasi (è ammesso un margine del 4%, cioè da 98% di saturazione ossigeno iniziale è ammesso un calo massimo fino al 94%). Il risultato del test deve essere mostrato a un medico (anche il proprio medico di medicina generale o, preferibilmente, il medico subacqueo). Il subacqueo deve autocertificare l'avvenuta valutazione e la consapevolezza dell'obbligo di informare il medico qualora l'infezione da SARS-CoV-2 sopraggiunga in corso di validità della certificazione di idoneità alla pratica dell'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica. (Allegato A). Qualora l'autotest non sia superato per comparsa di malessere o desaturazione dell'ossigeno oltre il 4% rispetto al valore basale, è obbligatorio fare riferimento al medico subacqueo o dello sport per una nuova visita di idoneità all'attività subacquea.

La dichiarazione del subacqueo va allegata al log-book e mostrata al Diving center, all'istruttore o a chi ne faccia richiesta.

Gruppo di lavoro AA Fondazione Mistral: avvocato Giancarlo D'Adamo, dottore Francesco Fontana, dottore Pasquale Longobardi.



RETURN TO DIVING POST COVID-19

Raccomandazione per il ritorno all'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistica ovvero professionale in caso di infezione SARS-CoV-2 asintomatica o con sintomi lievi gestiti al domicilio senza ricorso al ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche.

Allegato A. Dichiarazione del subacqueo

DICHIARAZIONE

Io Sottoscritto/a _____

Nato/a a _____

Il _____

dichiara di essere stato ritenuto Idoneo/a alla pratica dell'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistico (escluso competizione) ovvero professionale in data _____ dal Dott. _____

Successivamente a tale data, DICHIARO di aver riscontrato la positività al COVID-19 (in assenza di sintomi o con sintomi lievi gestiti al domicilio dove non siano ricorsi ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche a causa di infezione da SARS-CoV-2) in data _____. Il test ad immunofluorescenza (o molecolare) è poi risultato negativo per SARS-CoV-2 in data _____. DICHIARO di aver eseguito l'autotest da sforzo, senza malessere e con saturazione ossigeno stabile (o con riduzione inferiore al 4% rispetto al valore basale) in data _____

DICHIARA di avere comunicato l'avvenuta infezione da SARS-CoV-2, la negatività del test a immunofluorescenza, dell'autotest da sforzo al Dott. _____

DICHIAO di essere consapevole dei possibili rischi per la salute, anche a distanza di tempo, conseguenti all'infezione da SARS-CoV-2. Pertanto, ai fini della salvaguardia della salute, mi impegno a comunicare una eventuale nuova positività al COVID-19 (anche in assenza di sintomi) oppure sintomi del long COVID (come astenia), al medico che ha rilasciato la certificazione d'idoneità sia esso Medico di Medicina Generale, Pediatra di Libera Scelta, Medico Sociale della Società / Federazione Sportiva Nazionale / Ente di Promozione Sportiva / Disciplina Sportiva Associata ovvero Medico Specialista in Medicina dello Sport ovvero Medico specialista o diplomato in Medicina subacquea.

Data e Luogo

L'interessato (**)

(**) in caso di minore, è necessaria la firma dei genitori o dell'esercente la potestà genitoriale

ⁱ https://www.fmsi.it/wp-content/uploads/Circolare-Min-Sal_0003566-18_01_2022-DGPRES-MDS-P.pdf

ⁱⁱ https://www.fmsi.it/wp-content/uploads/protocollo_rtp_ago_rev.20220107-def.pdf



RETURN TO DIVING POST COVID-19

Raccomandazione per il ritorno all'attività subacquea ricreativa, turistica, tecnica non agonistica ovvero professionale in caso di infezione SARS-CoV-2 asintomatica o con sintomi lievi gestiti al domicilio senza ricorso al ricovero ospedaliero e/o terapie antibiotiche, cortisoniche o epariniche.

iii <https://www.dmac-diving.org/guidance/DMAC33.pdf>