

[Link alla pagina web](#)

Coronavirus, le App per capire i sintomi

Ecco come la tecnologia può aiutare a riconoscere i sintomi, monitorare eventuali comportamenti a rischio e chiamare il medico senza intasare il 112. Come capire e valutare le proprie condizioni di salute? In un momento in cui l'emergenza sanitaria non è terminata, ma anzi si cerca di individuare possibili casi asintomatici di «pazienti fantasma» da coronavirus, che



non stanno male o hanno sintomi lievi, diventa ancora più importante poter capire se esistono dei campanelli d'allarme che possono farci capire se sia il caso di rivolgersi al medico. Con questo obiettivo la Federazione delle Società Medico Scientifiche Italiane (FISM) ha messo una App: «iorestocasa», che aiuta nell'autovalutazione. «iorestocasa»: quando? «Hai la febbre? », «Hai mal di gola? », «La tosse è secca? », «Ti bruciano gli occhi o hai dolori articolari?»: sono solo alcune delle domande iniziali alle quali si può rispondere sulla App per inquadrare intanto le proprie condizioni fisiche. Ma lo strumento creato dalla FISM insieme a **Exprivia** permette anche di indagare i comportamenti adottati nell'ultimo periodo, per individuare eventuali rischi. «È uno strumento semplice, una sorta di pre filtro prima di rivolgersi al proprio medico o al 112, evitando di intasare i centralini in un momento delicato come questo» spiega Franco Vimercati, presidente FISM. Disponibile in download gratuito (Android e iOS), la App sfrutta l'Intelligenza Artificiale per indagare sintomi, spostamenti, contatti con altri familiari, amici e conoscenti, incrociando i dati con quelli relativi ad abitudini e vaccini ai quali ci si è sottoposti: «Nel questionario, infatti, ci sono domande sugli spostamenti recenti degli utenti, all'estero o in metropolitana, o sui contatti avuti con altre persone» spiega il presidente FISM. Il risultato sarà un profilo di rischio differente per livelli - alto, medio o basso - a cui corrispondono anche colorazioni differenti, dal rosso al

verde. «Nel caso di colore rosso viene consigliato di chiamare il medico curante o il numero verde, in altri viene suggerito di informarsi presso il sito del Ministero della Salute sulle procedure da seguire. Si tratta di promuovere comportamenti corretti e sicuri tra gli operatori sanitari e le persone che possono sentirsi disorientate o confuse dalla moltitudine di notizie che circolano in questi giorni». Le altre App

1. **Sos Medico** Di fronte ai numerosi dubbi che possono sorgere in questi giorni, alimentati spesso da fake news sui social, arrivano anche altre App, come Sos Medico (www.sos-medico.com), scaricabile gratuitamente su App Store o Google Play. Qui gli utenti possono rivolgere ogni tipo di domanda sul coronavirus a esperti qualificati, in grado di fornire consigli telefonici. Non appena effettuato l'accesso, occorre qualificarsi come "paziente" o "medico" (in questo caso si potrà offrire la propria disponibilità settimanale come consulente). All'interno dell'area è possibile scegliere tra diverse specializzazioni, come cardiologia, chirurgia, odontoiatria, ecc. chiedendo un contatto telefonico, tramite Voip, a un costo fisso al minuto, variabile a seconda delle fasce orarie.
2. **COVID-19 Regione Sardegna** A questa App se ne potrebbe presto aggiungere un'altra, allo studio del Governo e del Garante della Privacy, che consenta di tracciare gli spostamenti dei cittadini su esempio di quanto fatto in Corea del Sud e in Cina. Lo scopo, in questo caso, è evitare la diffusione del contagio. Intanto, in Sardegna si parte già con una sperimentazione, per ora su base volontaria. La App si chiama «Covid 19 Regione Sardegna», ha lo scopo di intercettare i residenti o proprietari di seconde case, che hanno raggiunto l'isola al momento dello scoppio dell'emergenza sanitaria, in tutto potenzialmente circa 30mila persone. Alcuni sono in quarantena (circa 200), autodenunciati o in isolamento volontario, che potranno dunque essere tracciati.
3. **Lazio Doctor COVID** Dal tracciamento dei movimenti al monitoraggio delle condizioni di salute dei propri pazienti, ecco un'altra App utile e gratuita, in questo caso disponibile per i residenti nella regione Lazio. Si chiama «Lazio Doctor Covid» (LAZIODrCOVID) ed è pensata per coloro che si trovano in sorveglianza domiciliare per contagio da coronavirus. Permette di accedere a informazioni utili legate all'emergenza coronavirus (tramite numero verde 800 11 8800 che mette in contatto con operatori sanitari e non sostituisce il 112/118), ma soprattutto serve al medico per avere un «contatto diretto col paziente per la sorveglianza sanitaria a distanza in totale sicurezza» come spiegato dall'Assessore alla Sanità e integrazione Sociosanitaria della Regione Lazio, Alessio D'amato. Il corso online dell'OMS: OpenWHO In campo contro la diffusione del coronavirus, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha indicato la cosiddetta regola delle «tre T»: testare, tracciare e trattare, nel caso di positivi.

Proprio l'OMS (in inglese WHO, World Health Organization) ha realizzato OpenWHO, uno strumento che da un lato permette di essere preparati a un'epidemia, in particolare al COVID-19, riconoscendo, isolando e segnalando casi sospetti e confermati di contagio, dall'altro fornisce indicazioni utili alla trasmissione dell'infezione tra persone, con raccomandazioni pratiche. In questo caso, però, si tratta di un vero e proprio corso online (openwho.org/courses/COVID-19-PCI-IT) della durata di un'ora, suddiviso in tre moduli. ICE-App: per le info sanitarie in generale. Che fare se ci si sente male? Anche prima dell'inizio della diffusione del coronavirus, si è sentito spesso consigliare di salvare nella rubrica dei propri contatti telefonici quello della persona da chiamare per prima in caso di bisogno, denominandola ICE, acronimo di In Case of Emergency («In caso di emergenza»). Oggi ICE-App rappresenta un'applicazione ancora più utile perché permette agli operatori sanitari che eventualmente dovessero intervenire di disporre di una serie di informazioni fondamentali, come malattie croniche, medicinali assunti o gruppo sanguigno. È suddivisa in categorie (Le mie informazioni, I miei contatti, I miei dati medici, Le mie allergie), facilmente consultabile e gratuita.