Covid-19, nuove raccomandazioni di igiene contro il virus

Per prevenire il contagio e limitare il rischio di diffusione del nuovo coronavirus è fondamentale la collaborazione e l'impegno di tutti a osservare alcune norme igieniche. Nel Dpcm pubblicato in Gazzetta ufficiale il 4 marzo è chiesto a scuole, università e uffici pubblici di esporre le seguenti misure di prevenzione igienico sanitarie, e ai sindaci e alle associazioni di categoria di promuoverne la diffusione anche negli esercizi commerciali (dalle farmacie ai supermercati).

Le raccomandazioni

1. Lavarsi spesso le mani. Si raccomanda di mettere a disposizione in tutti i locali pubblici, palestre, supermercati, farmacie e altri luoghi di aggregazione, soluzioni idroalcoliche per il lavaggio delle mani.
2. Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute.
3. Evitare abbracci e strette di mano.
4. Mantenimento, nei contatti sociali, di una distanza interpersonale di almeno un

metro.

5. Igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie).
6. Evitare l’uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l’attività sportiva.
7. Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.
8. Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce.
9. Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico.
10. Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.
11. Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.