

CORONAVIRUS COVID-19



PREVENZIONE

È possibile ridurre il rischio di infezione, proteggendo sé stessi e gli altri, seguendo alcuni accorgimenti:

PROTEGGI TE STESSO

Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con soluzione alcolica, e più spesso

- **dopo aver tossito/starnutito**
- **prima di mangiare**
- **dopo essere andati in bagno**
- **più in generale quando le mani sono sporche in qualunque modo**

Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani

Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute

Usa la mascherina solo se si sospetta di essere malato o si assiste persone malate

Evita di prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico

Mantieni pulite le superfici di lavoro con disinfettanti a base di cloro o alcool

PROTEGGI GLI ALTRI

- Se hai una qualsiasi infezione respiratoria **copri naso e bocca quando tossisci e/o starnutisci** (gomito interno/fazzoletto)
- Se hai usato un fazzoletto **buttalo dopo l'uso**
- **Lavati le mani dopo aver tossito/starnutito**

Il nuovo coronavirus è un virus respiratorio che si diffonde principalmente attraverso il contatto con le goccioline del respiro delle persone infette ad esempio tramite:

- la saliva, tossendo e starnutendo;
- contatti diretti personali;
- le mani, ad esempio toccando con le mani contaminate (non ancora lavate) bocca, naso o occhi.

Come si trasmette

Secondo i dati attualmente disponibili, le persone sintomatiche sono la causa più frequente di diffusione del virus. L'OMS considera non frequente l'infezione da nuovo coronavirus prima che sviluppino sintomi.

Il periodo di incubazione varia tra 2 e 12 giorni; 14 giorni rappresentano il limite massimo di precauzione.

La via di trasmissione da temere è soprattutto quella respiratoria, non quella da superfici contaminate. È comunque sempre utile ricordare l'importanza di una corretta igiene delle superfici e delle mani. Anche l'uso di detergenti a base di alcol è sufficiente a uccidere il virus. Per esempio, disinfettanti contenenti alcol (etanolo) al 75% o a base di cloro all'1% (candeggina).

<http://www.salute.gov.it/nuovocoronavirus>