

EMERGENZA CORONAVIRUS

DECRETO DEL PRESIDENTE DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI 4 MARZO 2020 – ALL.1

MISURE IGIENICO-SANITARIE:

- a) 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;
- b) evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute e comunque evitare abbracci, strette di mano e contatti fisici diretti con ogni persona;
- c) igiene respiratoria (starnutire o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);
- d) mantenere in ogni contatto sociale una distanza interpersonale di almeno un metro;
- e) evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, anche durante l'attività sportiva;
- f) non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;
- g) coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;
- h) non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;
- i) pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;
- l) usare la mascherina solo se si sospetta di essere malato o si assiste persone malate.

Come lavarsi le mani con acqua e sapone



Durata della
procedura:
40-60 secondi



Bagna le mani con l'acqua



applica una quantità di sapone
sufficiente per coprire tutta la
superficie delle mani



friziona le mani palmo
contro palmo



il palmo destro sopra il dorso sinistro
intrecciando le dita tra loro e viceversa



palmo contro palmo
intrecciando le dita tra loro



dorso delle dita contro il
palmo opposto tenendo le
dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro
stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro
con le dita della mano destra strette
tra loro nel palmo sinistro e viceversa



Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con
una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere
il rubinetto



...una volta asciutte, le tue
mani sono sicure.

Come **frizionare** le mani con la soluzione alcolica



Durata della
procedura:
20-30 secondi

