

EMERGENZA EPIDEMIOLOGICA DA COVID-19

INFORMAZIONI SULLE MISURE DI PREVENZIONE IGIENICO SANITARIE

(Allegato 1 al D.P.C.M. del 04.03.2020)

- **Lavarsi spesso le mani;**
- **Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute;**
- **Evitare abbracci e strette di mano;**
- **Mantenimento, nei contatti sociali, di una distanza interpersonale di almeno un metro;**
- **Igiene respiratoria (starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie);**
- **Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, in particolare durante l'attività sportiva;**
- **Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani;**
- **Coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce;**
- **Non prendere farmaci antivirali e antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico;**
- **Pulire le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol;**
- **Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate.**