

Nuovo coronavirus: approfondimento

1 Tenersi a distanza

Il nuovo coronavirus si trasmette attraverso le goccioline. Una persona che ha contratto il virus lo può trasmettere tossendo o starnutando perché le goccioline possono finire direttamente sulle mucose del naso e della bocca o sugli occhi di un'altra persona.

Gli starnuti e i colpi di tosse possono spingere le goccioline fino a poco meno di 2 metri dalla persona che ha contratto il virus.

Mantenere una certa distanza tra le persone abbassa la probabilità di entrare in contatto con il virus.

2 Lavarsi spesso le mani

Per prevenire l'infezione è decisivo lavare e disinfettare le mani con cura.

Le mani devono essere lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi.

Se non sono disponibili acqua e sapone si può usare un disinfettante per mani a base di alcol al 60%.

Lavarsi le mani elimina il virus.

3 Evitare il contatto ravvicinato con persone che manifestano tosse e febbre

Mantenere una distanza di almeno un metro dalle persone che tossiscono, starnutiscono o hanno la febbre.

Il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso a distanza ravvicinata.

4 Non toccarsi bocca, occhi e naso con le mani

Il virus si trasmette principalmente per via respiratoria ma può entrare nel corpo anche per contatto con bocca, naso e occhi. Quindi evitare di toccarli con le mani non lavate.

Le mani possono entrare in contatto con superfici contaminate dal virus e trasmetterlo poi al corpo.

5 Coprirsi sempre bocca e naso quando si starnutisce o tossisce

Se si presenta tosse, febbre o difficoltà respiratorie:

- evitare contatti ravvicinati con altre persone
- tossire sempre all'interno del gomito o di un fazzoletto monouso
- indossare una mascherina e lavarsi accuratamente le mani con acqua e sapone

Coprirsi la bocca con le mani potrebbe contaminare oggetti o persone con cui si entra in contatto.

6 Usare la mascherina solo se si sospetta di essere malati o se si assistono persone malate

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda l'uso della mascherina solo se:

- si sospetta di aver contratto il nuovo coronavirus
- si presentano sintomi come tosse o starnuti
- ci si prende cura di una persona con sospetta infezione da nuovo coronavirus

La mascherina aiuta a limitare la diffusione del virus ma dev'essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene come il lavaggio accurato delle mani per almeno 20 secondi con acqua e sapone.

Indossare più mascherine sovrapposte non aumenta l'efficacia della mascherina.

7 Se si manifestano sintomi influenzali restare a casa e evitare il contatto con altre persone

Avere contatti sociali quando si hanno sintomi influenzali aumenta il rischio di diffusione del virus.

In caso di sintomi influenzali restare a casa e riposare è il miglior modo per guarire ed evitare al contempo di infettare altre persone.

8 In caso di dubbio non andare al pronto soccorso

Il periodo di incubazione del nuovo coronavirus è compreso tra 1 e 14 giorni. Se si hanno febbre, tosse, difficoltà respiratorie NON recarsi al Pronto Soccorso ma:

- chiamare il proprio medico di famiglia se si pensa di essere stati contagiati
- in caso di dubbi chiamare la hotline ticinese al numero 0800 144 144 (tutti i giorni dalle 7.00 alle 22.00) oppure la hotline nazionale allo 058 463 00 00 (ogni giorno 24 ore).

9 Non prendere antibiotici se non prescritti dal medico

Il nuovo coronavirus è un virus quindi non può essere né trattato né prevenuto con gli antibiotici. Gli antibiotici potrebbero servire solo in caso di infezioni batteriche conseguenti al virus.

Gli antibiotici non funzionano contro i virus ma solo contro i batteri.

Ad oggi non ci sono evidenze scientifiche che l'uso dei farmaci antivirali prevenga l'infezione da nuovo coronavirus

10 I pacchi provenienti dalla Cina e i prodotti "Made in China" non sono pericolosi

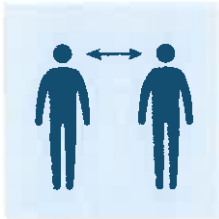
L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha dichiarato che il virus non è in grado di sopravvivere a lungo sulle superfici e per questo le persone che ricevono pacchi dalla Cina non sono a rischio di contrarre il nuovo coronavirus.

Ad oggi non c'è alcuna evidenza che oggetti prodotti in Cina o altrove possano trasmettere il nuovo coronavirus.

NUOVO CORONAVIRUS

INFORMAZIONI

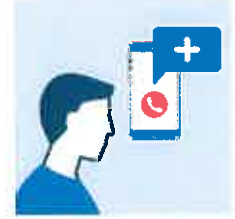
NOVITÀ



Tenersi a distanza



In caso di **febbre**
e **tosse** rimanere
a casa



In caso di dubbio:

- non andare
al pronto soccorso
per limitare il
rischio di contagio.

- contattare il
proprio medico
di famiglia se
si ritiene di essere
stati contagiati.

In caso di domande
chiamare la hotline
al numero
0800 144 144,
attiva tutti i giorni
dalle 7.00 alle
22.00.

ALTRETTANTO IMPORTANTE



Lavarsi
accuratamente
le mani



Evitare le strette
di mano



Gettare il fazzoletto
usato in un cestino



Tossire o starnutire
in un fazzoletto
o nella piega
del gomito



Non toccarsi
bocca, occhi
e naso con le mani



Usare
la mascherina
solo se si sospetta
di essere malati
o se si assistono
persone malate



Non prendere
antibiotici se non
prescritti dal medico

NUOVO CORONAVIRUS

PROTEZIONE DELLE PERSONE PIÙ VULNERABILI

Raccomandazioni per le persone vulnerabili (come anziani, persone affette da malattie croniche)



Limitare i contatti per ridurre il rischio di contagio



Evitare il più possibile i luoghi affollati



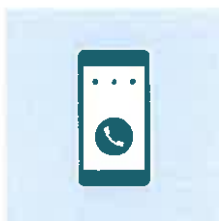
In caso di dubbio:

- **non andare al pronto soccorso** per limitare il rischio di contagio.

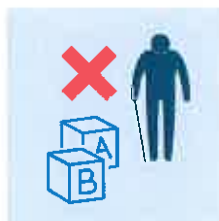
- **contattare il proprio medico di famiglia** se si ritiene di essere stati contagiati.

In caso di domande chiamare la hotline al numero **0800 144 144**, attiva tutti i giorni **dalle 7.00 alle 22.00**.

Raccomandazioni per familiari e amici



Rimanere in contatto regolare con i propri cari privilegiando il telefono

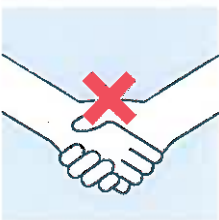


Evitare che le persone vulnerabili accudiscano bambini con sintomi influenzali

Comportamenti preventivi



Lavarsi accuratamente le mani



Evitare le strette di mano



Gettare il fazzoletto usato