

# Il Decalogo del Ministero della Salute sul Nuovo #coronavirus:

Il Ministero della Salute pubblica un poster e un pieghevole con un **decalogo di comportamenti da seguire**, messi a punto per informare correttamente i cittadini, dal Ministero e dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ed hanno raccolto l'adesione degli ordini professionali medici e delle principali società scientifiche e associazioni professionali. In **dieci punti sono state riunite le principali indicazioni di prevenzione contro il nuovo coronavirus Sars-CoV-2 e le più frequenti fake news circolanti.**

Comportamenti basati su informazioni corrette

«L'impegno per prevenire l'epidemia da Sars-Cov-2 passa anche attraverso i comportamenti, che devono essere basati su informazioni corrette. Seguire le misure raccomandate, a partire dal lavaggio delle mani, ci aiuta a prevenire questa e anche altre patologie infettive» ha commentato Silvio Brusaferrò, Presidente dell'Istituto Superiore di Sanità «**Questo 'decalogo' rappresenta anche un bell'esempio di come istituzioni e professionisti garantiscano risposte unitarie ad una possibile minaccia per la nostra salute**».

**Ecco le regole:**

1. **Lavati spesso le mani.** Il lavaggio e la disinfezione delle mani sono decisivi per prevenire l'infezione. Le mani vanno lavate con acqua e sapone per almeno 20 secondi. Se non sono disponibili acqua e sapone, è possibile utilizzare anche un disinfettante per mani a base di alcol al 60%. Lavarsi le mani elimina il virus.
2. **Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute. Mantieni almeno un metro di distanza** dalle altre persone, in particolare quando tossiscono o starnutiscono o hanno la febbre, perché il virus è contenuto nelle goccioline di saliva e può essere trasmesso a distanza ravvicinata.
3. **Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani.** Il virus si trasmette principalmente per via respiratoria, ma può entrare nel corpo anche attraverso gli occhi, il naso e la bocca, quindi evita di toccarli con le mani non ben lavate. Le mani, infatti, possono venire a contatto con superfici contaminate dal virus e trasmetterlo al tuo corpo.
4. **Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci.** Se hai un'infezione respiratoria acuta, evita contatti ravvicinati con le altre persone, tossisci all'interno del gomito o di un fazzoletto, preferibilmente monouso, indossa una mascherina e lavati le mani.

Se ti copri la bocca con le mani potresti contaminare oggetti o persone con cui vieni a contatto.

5. **Non prendere farmaci antivirali né antibiotici a meno che siano prescritti dal medico.** Allo stato attuale non ci sono evidenze scientifiche che l'uso dei farmaci antivirali prevenga l'infezione da nuovo coronavirus (Sars-CoV-2). Gli antibiotici non funzionano contro i virus, ma solo contro i batteri. Il Sars-CoV-2 è, per l'appunto, un virus e quindi gli antibiotici non vengono utilizzati come mezzo di prevenzione o trattamento, a meno che non subentrino co-infezioni batteriche.
6. **Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.** I disinfettanti chimici che possono uccidere il nuovo coronavirus (Sars-CoV-2) sulle superfici includono disinfettanti a base di candeggina / cloro, solventi, etanolo al 75%, acido peracetico e cloroformio. Il tuo medico e il tuo farmacista sapranno consigliarti.
7. **Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o assisti persone malate. L'Organizzazione mondiale della sanità raccomanda di indossare una mascherina solo se sospetti di aver contratto il nuovo coronavirus, e presenti sintomi quali tosse o starnuti, o se ti prendi cura di una persona con sospetta infezione** da nuovo coronavirus (viaggio recente in Cina e sintomi respiratori). Uso della mascherina: Aiuta a limitare la diffusione del virus, ma deve essere adottata in aggiunta ad altre misure di igiene quali il lavaggio accurato delle mani per almeno 20 secondi. Non è utile indossare più mascherine sovrapposte.
8. **I prodotti Made in China e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi.** L'Organizzazione mondiale della sanità ha dichiarato che le persone che ricevono pacchi dalla Cina non sono a rischio di contrarre il nuovo coronavirus, perché non è in grado di sopravvivere a lungo sulle superfici. A tutt'oggi non abbiamo alcuna evidenza che oggetti, prodotti in Cina o altrove, possano trasmettere il nuovo coronavirus (Sars-CoV-2).
9. **Contatta il numero verde 1500 se hai febbre o tosse e sei tornato dalla Cina da meno di 14 giorni.** Il periodo di incubazione del nuovo coronavirus è compreso tra 1 e 14 giorni. Se sei tornato da un viaggio in Cina da meno di 14 giorni, o sei stato a contatto con persone tornate dalla Cina da meno di 14 giorni, **e ti viene febbre, tosse, difficoltà respiratorie, dolori muscolari, stanchezza** chiama il numero verde 1500 del Ministero della Salute per avere informazioni su cosa fare. Indossa una mascherina, se sei a contatto con altre persone, usa fazzoletti usa e getta e lavati bene le mani.
10. **Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus.** Al momento, non ci sono prove che animali da compagnia come cani e gatti possano essere infettati dal virus. Tuttavia, è sempre bene lavarsi le mani con acqua e sapone dopo il contatto con gli animali da compagnia.

Chiunque desideri scaricare il decalogo, e/o diffonderlo sui social o "fisicamente" sotto forma di poster o pieghevole, può farlo attraverso i siti dell' Istituto Superiore di Sanità e del Ministero della Salute.