

# CORONAVIRUS ... TENIAMOLO LONTANO

## Consigli pratici per l'igiene (che non farebbe male osservare a prescindere)

Da più parti ormai viene il richiamo al rispetto dell'igiene al fine di ridurre il più possibile la diffusione del coronavirus in particolare per quanto riguarda il distanziamento sociale ed il corretto lavaggio delle mani.

Con questa comunicazione vorrei richiamare l'attenzione su azioni che si fanno in modo automatico e che possono comunque comportare contaminazione in particolare della bocca e delle vie respiratorie.

- 1) **Attrezzatura da lavoro:** in particolare piccoli attrezzi utilizzati da più persone che vengono utilizzati senza D.P.I., pulsantiere delle macchine operatrici, comandi di carrelli elevatori, maniglie di transpallet etc possono costituire rischio di contaminazione.
- 2) **Telefoni fissi** se utilizzati da più persone: l'utilizzo del telefono fisso comporta la digitazione del numero da chiamare (rischio di contaminazione da contatto) e l'avvicinamento della cornetta al viso (rischio di contaminazione da contatto al padiglione auricolare dalla parte ricevente e di inalazione di particelle dalla parte trasmittente). Anche lo scambio di **cellulari** comporta contatto e possibile inalazione di particelle.
- 3) **Tastiere di computer e mouse:** anche in questo caso ci può essere contaminazione da contatto soprattutto se il computer è utilizzato da più operatori.
- 4) **Tastiere di vario tipo a uso promiscuo:** sistemi di rilevazione delle presenze, tastiere e coperchi delle fotocopiatrici, stampanti, tastiere del bancomat.
- 5) **Denaro:** banconote e spiccioli passano di mano in mano e possono essere vettori di patogeni
- 6) **Tastiere dei distributori automatici di bevande e snack:** in questi casi dopo aver inserito le monete (vedi sopra), la bevanda o lo snack viene portato alla bocca senza essersi prima lavato le mani.
- 7) **Penne e matite:** utilizzate da più persone e poggiate su superfici varie possono trasmettere patogeni. Soprattutto non mettetele in bocca.
- 8) **Chiavi di porte o armadi, timbri:** anche questi oggetti sono maneggiati da più persone e poggiate o riposte nei luoghi più disparati.
- 9) **Maniglie:** le maniglie delle porte vengono utilizzate da tutti e quindi anche queste possono veicolare germi patogeni.
- 10) **Sigarette tradizionali e sigarette elettroniche:** il gesto di fumare comporta l'avvicinamento delle mani alla bocca. Le sigarette elettroniche sono a volte tenute nella tasca dove eventualmente mettiamo anche le mani.
- 11) **Distributori di carburante:** il rifornimento self service comporta la digitazione per selezionare il distributore da utilizzare ed il tipo di carburante e, per chi utilizza bancomat o carta di credito, la digitazione del codice pin.

Infine ti ricordo che i guanti evitano di avere contatto diretto con superfici eventualmente contaminate, ma il loro esterno si riempie di sporco ed eventuali patogeni per cui non toccarti la faccia o i capelli con il guanto. Toglili correttamente evitando di toccarne l'esterno.

La mascherina filtra l'aria trattenendo all'esterno e nel filtro eventuali patogeni, quando la togli non toccarne la superficie esterna.

**E comunque lavati spesso le mani**

Il Vostro Medico Competete