



*Presidenza del Consiglio dei Ministri*  
*Misure igienico-sanitarie - virus COVID-19*



**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



**EVITARE L'USO  
PROMISCUO DI  
BOTTIGLIE E  
BICCHIERI**

in particolare durante l'attività sportiva



**EVITARE IL CONTATTO  
RAVVICINATO**

con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute



**NON TOCCARSI  
OCCHI, NASO E BOCCA  
CON LE MANI**



**EVITARE ABBRACCI  
E STRETTE DI MANO**



**NON PRENDERE  
FARMACI ANTIVIRALI  
E ANTIBIOTICI**

a meno che siano prescritti dal medico



**MANTENIMENTO DI  
UNA DISTANZA  
INTERPERSONALE  
DI ALMENO 1 METRO**



**PULIRE LE SUPERFICI**

con disinfettanti a base di cloro o alcol



**IGIENE RESPIRATORIA**

starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie coprirsi bocca e naso se si starnutisce o tossisce



**USARE LA  
MASCHERINA**

solo se si sospetta di essere malati o se si presta assistenza a persone malate

**Perché le raccomandazioni di distanziamento**

L'Istituto superiore di sanità (Iss) sottolinea che queste misure di distanziamento sociale "hanno lo scopo di evitare una grande ondata epidemica, con un picco di casi concentrata in un breve periodo di tempo iniziale che è lo scenario peggiore durante un'epidemia per la sua difficoltà di gestione". "Nel caso del coronavirus - spiega l'Iss - dobbiamo tenere conto, inoltre, che l'Italia ha una popolazione anziana, peraltro molto più anziana di quella cinese, e bisogna proteggerla il più possibile da contagi. Le misure indicate dalle autorità quindi vanno seguite nella loro totalità".