

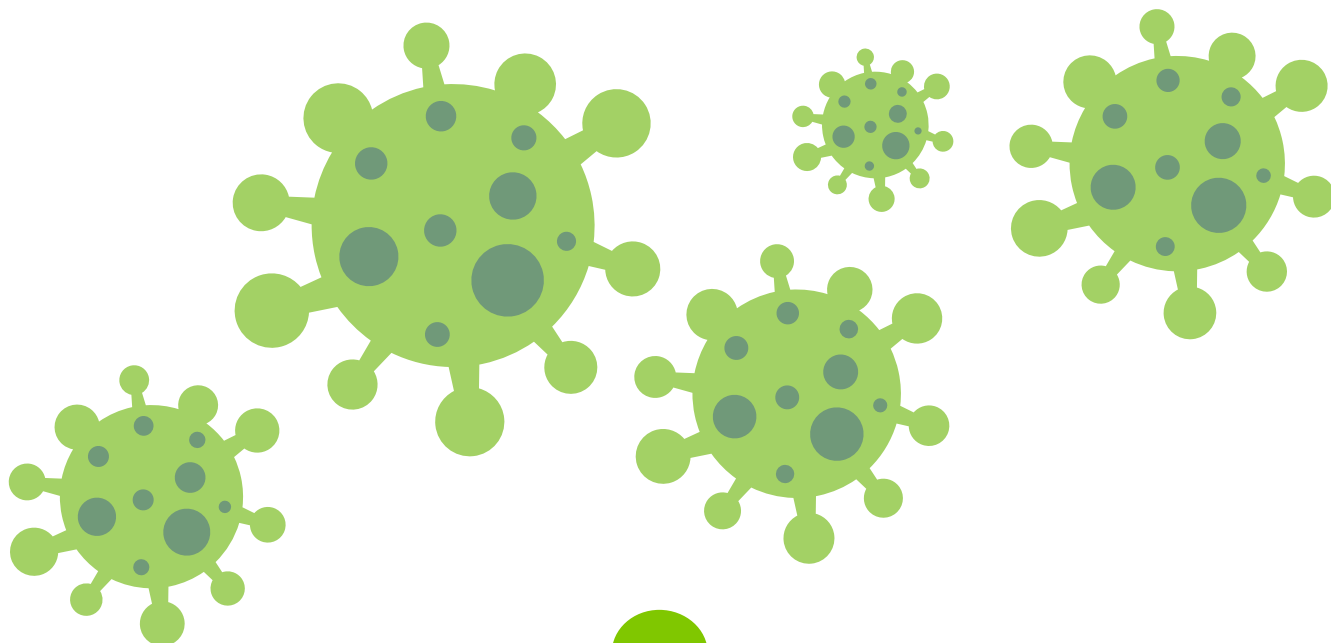
SUGGERIMENTI PER LA PREVENZIONE COVID-19

APRILE, 2020 (V1.0)



PARTECIPAZIONE
E SUPPORTO:



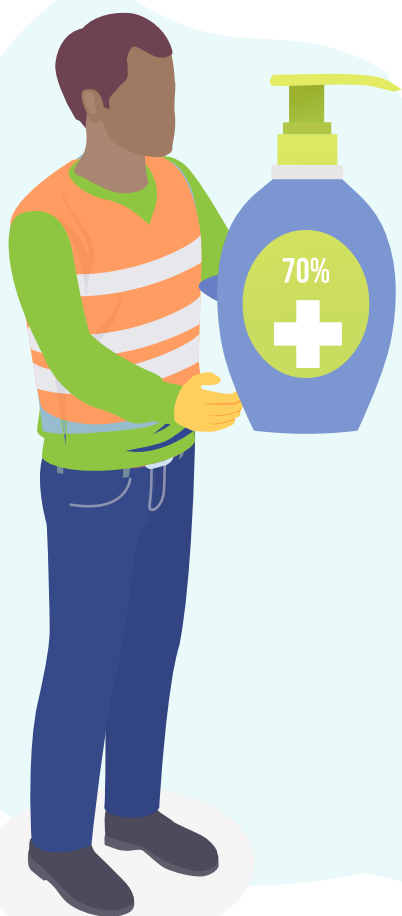


WWOSH
Waste Workers Occupational
Safety and Health
WHWB Committee

**INIZIATIVA COLLETTIVA PRODOTTA
COM COM LA COLLABORAZIONE
E IL SUPPORTO**



CIGIENE PERSONALE

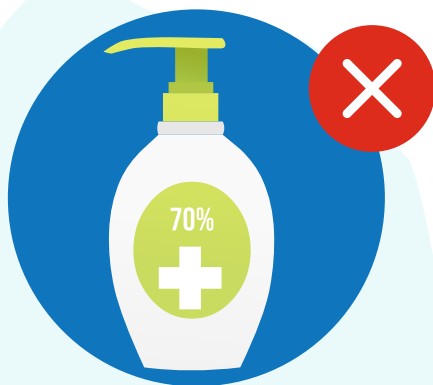


01



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI ED EVITARE DI TOCCARE GLI OCCHI, IL NASO O LA BOCCA IMPEDISCE LA TRASMISSIONE DEL CORONAVIRUS?
SÌ, MANTENERE LE MANI E IL VISO PULITI È LA MIGLIORE FORMA DI PROTEZIONE.

02



L'IGIENE DELLE MANI CON GEL ALCOLICO AL 70% È MEGLIO DELL'USO DI ACQUA E SAPONE PER PREVENIRE LA TRASMISSIONE DEL VIRUS?

NO, LA MIGLIORE OPZIONE PER LA PULIZIA DELLE MANI È L'USO DI ACQUA E SAPONE LIQUIDO E, IN ASSENZA DI QUESTI, IL GEL ALCOLICO FUNGE DA DISINFETTANTE.

03



DEVO LAVARMI LE MANI QUANDO TORNO A CASA?

SÌ, LA PRIMA COSA CHE DOVRESTI FARE DOPO ESSERE TORNATO A CASA È LAVARTI LE MANI CON ACQUA E SAPONE. QUESTA È LA MIGLIORE FORMA DI PROTEZIONE CHE PUOI OFFRIRE A TE STESSO E ALLE PERSONE CHE VIVONO NELLA TUA CASA.

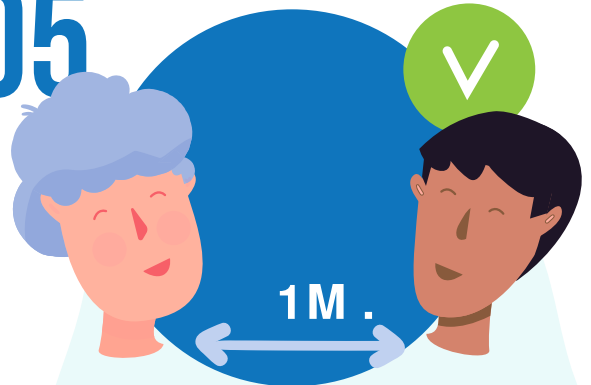
04



DEVO INDOSSARE UN FAZZOLETTO O PROTEGGERE IL VISO CON IL BRACCIO QUANDO STARNUTISCO?

SÌ, QUANDO SI STARNUTISCE, SI FORMANO GOCCIOLINE E AEROSOL CHE POSSONO CONTAMINARE ALTRE PERSONE O SUPERFICI.

05



SE QUALCUNO NELLA MIA CASA HA INFLUENZA O SEGNI DI COVID-19, COSA DEVO FARE?

MANTIENI LA PERSONA IL PIÙ ISOLATA POSSIBILE E SEPARA TUTTO IL SUO MATERIALE PERSONALE COME POSATE, BICCHIERI, ASCIUGAMANI MANTENENDO LA MASSIMA IGIENE.

06



DEVO FARE UNA PULIZIA SPECIALE DOPO CHE QUALCUNO CON COVID-19 USA IL BAGNO?

SÌ, IL VASO E IL LAVANDINO DEVONO ESSERE PULITI E QUINDI PULITI CON GEL ALCOLICO AL 70% O IPOCLORITO DI SODIO DILUITO IN ACQUA (0,1%) DOPO CHE LO HÁ USATO LA PERSONA CON I SINTOMI DI COVID-19.

07



SE A CASA O AL LAVORO DEVO USARE L'ASCENSORE, IL VIRUS PUÒ ESSERE TRASMESSO IN ASCENSORE?

SÌ, IL VIRUS PUÒ ESSERE TRASMESSO ATTRAVERSO IL CONTATTO CON SUPERFICI CONTAMINATE (COME I PULSANTI DEL PAVIMENTO) E ATTRAVERSO L'ARIA (NEL CASO IN CUI QUALCUNO CONTAMINATO ABBA TOSITO O STARNUTITO).

EQUIPAGGIAMENTO DI PROTEZIONE



01



**QUANDO USO I GUANTI SONO
PROTETTO TOTALMENTE?**

NO, POICHÉ I GUANTI IMPEDISCONO SOLO IL CONTATTO DEL VIRUS CON LE MANI. TUTTAVIA, SE I GUANTI TOCCANO OGGETTI O SUPERFICI CONTAMINATE, POSSONO ESSERE UNA FONTE DI TRASMISSIONE DEL VIRUS.

02



**LE MASCHERE RIDUCONO LA
POSSIBILITÀ DI TRASMETTERE IL
VIRUS?**

SÌ, PERCHÉ È DURANTE IL DISCORSO, LA TOSSE O LO STARNUTO CHE SONO LE GOCCIOLINE O GLI AEROSOL CONTENENTI IL VIRUS SPARSI E POSSONO CONTAMINARE ALTRE PERSONE O OGGETTI.

03



**QUANDO SI UTILIZZA LA
MASCHERA, IL NASO PUÒ
SPORGERE?**

NO, PERCHÉ IL VIRUS PUÒ ESSERE TRASMESSO O ENTRARE NEL NOSTRO CORPO ATTRAVERSO IL NASO.

04



LE MASCHERE IN TESSUTO A CASA PROTEGGONO DA COVID-19?

SÌ, ANCHE SE LA PROTEZIONE È INFERIORE, SONO MEGLIO DI NIENTE. LA PROTEZIONE SARÀ ANCORA MAGGIORE SE HANNO ALMENO DUE STRATI DI TESSUTO, SONO ADEGUATAMENTE DISINFETTATI DOPO OGNI UTILIZZO QUANDO E SE UN MAGGIOR NUMERO DI PERSONE LI USA.

05



DEVO FARE ATTENZIONE QUANDO RIMUOVO LA MIA MASCHERA DI TESSUTO?

SÌ, È NECESSARIO RIMUOVERE SENZA TOCCARE LA PARTE ANTERIORE E SENZA SCUOTERE. LAVARSI LE MANI PRIMA E DOPO AVER TOCCATO LA MASCHERA. IL LAVAGGIO PUÒ ESSERE FATTO CON ACQUA E SAPONE; IL LAVAGGIO IN ACQUA CALDA O L'AGGIUNTA DI CANDEGGINA AUMENTA IL POTERE DISINFETTANTE. DOPO L'ASCIUGATURA, LE MASCHERE DEVONO ESSERE STIRATE CON UN FERRO CALDO.

06



POSSO INDOSSARE UNA MASCHERA SINGOLA TUTTO IL GIORNO?

SÌ, MA NON È RACCOMANDATO, POICHÉ LA MASCHERA DEVE ESSERE CAMBIATA OGNI VOLTA CHE È BAGNATA O CONTAMINATO DA POLVERE O ALTRA SPORCIZIA.

07

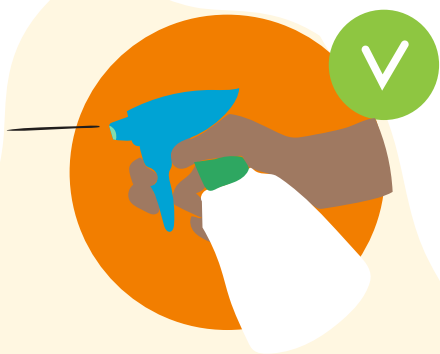


LA MASCHERA IN TESSUTO PUÒ ESSERE REALIZZATA IN COTONE?

SÌ, ALCUNI RICERCATORI HANNO DIMOSTRATO CHE IL COTONE È MOLTO BUONO, MA DEVE AVERE ALMENO DUE STRATI DI TESSUTO.

PULIZIA GENERAL

01



IL VIRUS RIMANE VIVO DURANTE MOLTO TEMPO SULLE SUPERFICI?

SÌ, A SECONDA DELLA SUPERFICIE PUÒ RIMANERE IN VITA PER ORE E GIORNI.

02



SE DOPO AVER PULITO LE SUPERFICI, COME I CONTROSOFFITTI E LE MANIGLIE DELLE PORTE, PASSANDO IL 70% DI ALCOL O LO 0,1% DI IPOCLORITO DI SODIO, RIDUCIAMO LA POSSIBILITÀ DI TRASMISSIONE?

SÌ, PRIMA DOBBIAMO PULIRE LE SUPERFICI SPORCHE E POI PASSARE IL 70% DI ALCOL O IPOCLORITO DILUITO PER OTTENERE UNA MIGLIORE DISINFEZIONE.

03

L'IPOCLORITO DI SODIO (CANDEGGINA) DEVE ESSERE DILUITO CON ACQUA PRIMA DELL'USO SULLE SUPERFICI?



SÌ, LA CONCENTRAZIONE PER AVERE UN EFFETTO DISINFETTANTE È DELLO 0,1%. IL PRODOTTO ACQUISTATO DEVE ESSERE GENERALMENTE DILUITO. IN BRASILE, POICHÉ LA SOLUZIONE ACQUISTATO È DEL 2%, LA PROPORZIONE DOVREBBE ESSERE 1/20 (20 ML / 1 LITRO). ABBI CURA DI PREPARARE LA SOLUZIONE, REALIZZANDO UNA NUOVA SOLUZIONE OGNI GIORNO. NON MESCOLORE MAI CANDEGGINA CON PRODOTTI DI AMMONIACA O ALTRI PRODOTTI PER LA PULIZIA, POICHÉ CIÒ PUÒ CREARE UN VAPORE TOSSICO. PER OTTENERE L'EFFETTO, LA SOLUZIONE DEVE RIMANERE SULLA SUPERFICIE PER ALMENO UN MINUTO. PRESTARE ATTENZIONE CON UNO SPRAY DI IPOCLORITO, CHE IRRITA GLI OCCHI E IL TRATTO RESPIRATORIO.

04



QUANDO TORNO A CASA DAL SUPERMERCATO, POSSO CONSERVARE I MIEI ACQUISTI SENZA PULIRLI?

NO, SI CONSIGLIA DI PULIRE LA CONFEZIONE CON ALCOL AL 70% O IPOCLORITO DI SODIO (CANDEGGINA), ALIMENTI COME FRUTTA E VERDURA DEVONO ESSERE IMMERSI IN CANDEGGINA ALLO 0,1%, ALTRI ALIMENTI COME LA CARNE DEVONO ESSERE ADEGUATAMENTE COTTI. I SACCHETTI DEVONO ESSERE GETTATI NELLA SPAZZATURA O UTILIZZATI SOLO DOPO CINQUE GIORNI PER RIDURRE LA POSSIBILITÀ DI TRASMISSIONE.

05



DEVO PRENDERMI CURA DELLE MIE SCARPE QUANDO ARRIVO IN CASA?

SÌ, LE SCARPE CONTAMINATE POSSONO FUNGERE DA FONTE DI TRASMISSIONE DEL VIRUS NELL'AMBIENTE. DEVONO ESSERE PULITI CON ACQUA E SAPONE O LA SUOLA DELLA SCARPA SUL TAPPETINO D'INGRESSO DELLA RESIDENZA IMBEVUTA DI IPOCLORITO DI SODIO DILUITO IN ACQUA (VEDERE LE ISTRUZIONI PRECEDENTI SU COME EFFETTUARE UNA DILUIZIONE DELLO 0,1% DI CANDEGGINA E ACQUA).



01



DURANTE LA PANDEMIA, I PAZIENTI CON MALATTIE CRONICHE DOVREBBERO CONTINUARE A PRENDERE LE LORO MEDICINE?

SÌ, IL CONTROLLO DEI PROBLEMI DI SALUTE CRONICI MIGLIORA LA PROGNOSI (CONSEGUENZE) SE IL PAZIENTE HA COVID-19.

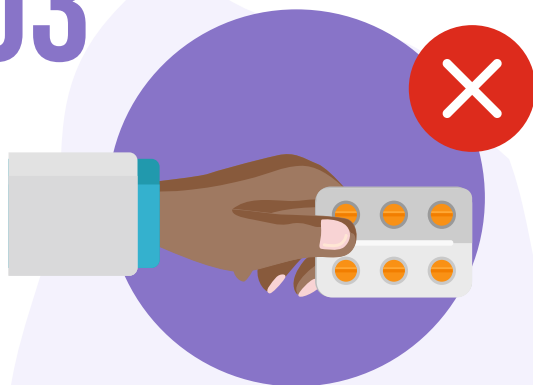
02



SE ABBIAMO SINTOMI DI COVID-19 POSSIAMO USARE QUALCHE FARMACO?

NO, IN BRASILE SI RACCOMANDA L'USO DI PARACETAMOLO E DIPIRONE PER IL TRATTAMENTO DELLA FEBBRE CORRELATA A COVID-19. ALTRI FARMACI DEVONO ESSERE USATI SOLO CON INDICAZIONE MEDICA.

03



POSSO ACQUISTARE CLOROCHINA PER PREVENIRE COVID-19?

NO, CI SONO ANCORA STUDI CHE CERCANO DI DIMOSTRARE SE QUESTO FARMACO FUNZIONA DAVVERO PER COVID-19, CI SONO MOLTI DUBBI AL RIGUARDO. TUTTAVIA, È NOTO CHE È ABBASTANZA TOSSICO E CHE L'UTILIZZO SENZA INDICAZIONE MEDICA PUÒ PORTARE A GRAVI PROBLEMI DI SALUTE.

04



L'USO DI VITAMINE PREVIENE COVID-19?

NO, ANCHE SE LE VITAMINE SONO MOLTO IMPORTANTI PER LA SALUTE E IL SISTEMA IMMUNITARIO. L'USO DI VITAMINE COME LA C E LA D NON PREVIENE COVID-19.

PREVENZIONE GENERALE

01



PER STRADA, DATO CHE È UN AMBIENTE APERTO, POSSO STARE VICINO A ESTRANEI SENZA RISCHIARE IL VIRUS?

NO, AL MOMENTO SI CONSIGLIA DI TENERE A UNA DISTANZA DI ALMENO 2,0 METRI, MA ALCUNI STUDI HANNO DIMOSTRATO CHE LE PERSONE CHE ESERCITANO POSSONO CONTAMINARE DISTANZE ANCORA MAGGIORI, SOPRATTUTTO SE SI CAMMINA, SI CORRE O SI VA IN BICICLETTA DOPO QUALCUNO CHE TOSSISCE, STARNUTIRE O PARLARE.

02



SE VADO A FARE UNA PASSEGGIATA, SONO A RISCHIO DI CONTRARRE IL VIRUS?

SÌ, OGNI VOLTA CHE LASCI L'ISOLAMENTO SEI A RISCHIO DI CONTAMINAZIONE, CONTAMINAZIONE DELLE PERSONE CHE VIVONO CON TE E IN BASE AL QUARTIERE E L'AGGLOMERATO URBANO DOVE VIVI. ANCHE I TUOI VICINI POSSONO ESSERE ESPOSTI.

03



LE DONNE DOVREBBERO INDOSSARE I CAPELLI?

SÌ, ANCHE SE NON CI SONO STUDI AL RIGUARDO, I CAPELLI RACCOLTI IMPEDISCONO ALLE PERSONE DI METTERE LE MANI SUL VISO E QUESTO RIDUCE IL POTERE DI CONTAGIO DELLA MALATTIA.

04



POSSO STRINGERE LA MANO DELLE PERSONE E ABBRACCIARLE?

NO, QUESTO COMPORTAMENTO AUMENTA IL RISCHIO DI DIFFUSIONE DELLA MALATTIA.

05



IL DENARO PUÒ ESSERE TRASMESSO A COVID-19?

SÌ, LA CARTA PUÒ TRASMETTERE COVID-19, QUINDI OGNI VOLTA CHE MANEGGI DENARO, LAVATI LE MANI O USA IL GEL ALCOLICO.

PREVENZIONE GENERALE

06



LA SPAZZATURA PUÒ ESSERE CONTAMINATA DAL CORONAVIRUS?

SÌ, DIPENDENDO DAL MATERIALE, IL VIRUS PUÒ RIMANERE IN VITA E CONTAMINARE ANCHE DOPO MOLTE ORE O ADDIRITTURA GIORNI.

07



SE HO I SINTOMI DI COVID-19, DOVREI ANDARE IN OSPEDALE?

NO, DEVI STARE A CASA. IN BRASILE CI SONO TELEFONI CHE PUOI CHIAMARE E RISPONDERE ALLE TUE DOMANDE. LA RICERCA DI UN OSPEDALE DOVREBBE AVVENIRE SOLO SE I SINTOMI SI INTENSIFICANO, IN PARTICOLARE STANCHEZZA E MANCANZA DI RESPIRO.

08



BERE ETANOLO, METANOLO O CANDEGGINA PREVIENE O CURA COVID-19?

NO, METANOLO, ETANOLO E CANDEGGINA SONO VELENI. BERE LORO PUÒ PORTARE A INVALIDITÀ E MORTE. A VOLTE, VENGONO UTILIZZATI NEI PRODOTTI PER LA PULIZIA PER UCCIDERE IL VIRUS SULLE SUPERFICI, TUTTAVIA NON SI DOVREBBE MAI BERE. NON UCCIDONO IL VIRUS NEL TUO CORPO E DANNEGGIANO I TUOI ORGANI. PER PROTEGGERTI DA COVID-19, DISINFETTA OGGETTI E SUPERFICI, SPECIALMENTE QUELLI CHE TOCCHI REGOLARMENTE.

09



COVID-19 PUÒ ESSERE TRASMESSE TRAMITE MOSCHE O ZANZARE?

NO, FINORA NON CI SONO INFORMAZIONI PER PROVARE QUESTA TRASMISSIONE.



01



TUTTI I RIFIUTI DEVONO ESSERE TRATTATI CON LA STESSA CURA CON CURA, COME SE FOSSERO CONTAMINATI DAL CORONAVIRUS?

SÌ, DOVRESTI SEMPRE MANEGGIARE LA SPAZZATURA CON LA MASSIMA CURA, COME SE FOSSE CONTAMINATA, INDOSSANDO DPI (MASCERA, GUANTO E UNIFORME) E LAVARTI LE MANI DOPO AVER TOCCATO LA SPAZZATURA. IN QUESTO MODO, RIDUCI SEMPRE LA TUA POTENZIALE ESPOSIZIONE E PUOI LAVORARE IN SICUREZZA.

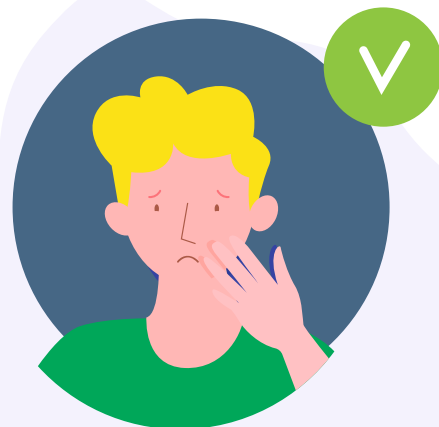
02



DEVO DAVVERO LAVARMI LE MANI PER ALMENO 20 SECONDI PER EVITARE COVID-19?

SÌ, È MOLTO IMPORTANTE LAVARSI LE MANI FREQUENTEMENTE CON ACQUA E SAPONE PER ALMENO 20 SECONDI. QUANDO IL SAPONE E L'ACQUA CORRENTE NON SONO DISPONIBILI, PASSARE IL 70% DI ALCOL CON GLI STESSI MOVIMENTI UTILIZZATI NEL LAVAGGIO DELLE MANI. TUTTAVIA, SE LE MANI SONO VISIBILMENTE SPORCHE, DEVONO ESSERE LAVATE MEGLIO.

03



DEVO EVITARE DI TOCCARE GLI OCCHI, IL NASO E LA BOCCA PER PREVENIRE LA TRASMISSIONE DEL VIRUS?

SÌ, LE MANI POSSONO ESSERE CONTAMINATE E SONO LA PRINCIPALE FONTE DI TRASMISSIONE DEL VIRUS.

04



DOVREI TOSSIRE, STARNUTIRE O AVERE SINTOMI INFLUENZALI, DEVO RESTARE A CASA?

SÌ, RESTA A CASA PER ALMENO 14 GIORNI ED EVITA IL CONTATTO FISICO CON ALTRE PERSONE, OLTRE A TENERE SEPARATI OGGETTI PERSONALI COME ASCIUGAMANI, BICCHIERI E POSATE.

05



SE SONO ANZIANO O HO UNA MALATTIA CRONICA, SONO MAGGIORMENTE A RISCHIO DI SVILUPPARE UNA GRAVE CONDIZIONE DI COVID-19?

SÌ, IN QUESTI CASI, PREFERISCI RIMANERE A CASA ED EVITARE IL CONTATTO CON ALTRE PERSONE.

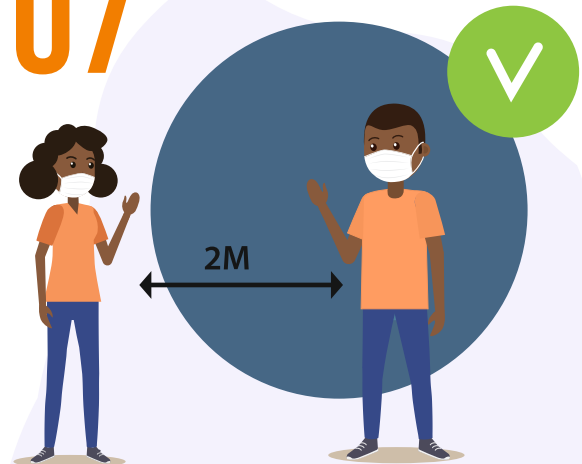
06



DEVO PRESTARE PARTICOLARE ATTENZIONE DOPO AVER RIMOSSO I DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE O DPI (MASCHERA, GUANTI, STIVALI, ECC.)?

SÌ, DOPO AVER RIMOSSO I DPI, LAVARSI LE MANI CON ACQUA E SAPONE PER ALMENO 20 SECONDI, SE DISPONIBILI. ASSICURARSI DI RIMUOVERE I DPI VICINO A LAVANDINI E LUOGHI DOVE È POSSIBILE L'IGIENE. NON METTERE LA MASCHERA O I GUANTI NELLA TASCA DEI VESTITI. LASCIALI SEPARATI E IDENTIFICATI IN LUOGHI SPECIFICI IN MODO CHE NESSUNO VENGA CONTAMINATO DA ESSI.

07



DEVO MANTENERE LE DISTANZE DAI MIEI COLLEGHI SUL POSTO DI LAVORO, NEI BAGNI, NELLE CAFFETTERIE E IN ALTRE AREE COMUNI DELLE STRUTTURE DI SCREENING PER PREVENIRE LA TRASMISSIONE DEL CORONAVIRUS?

SÌ, MANTENERE UNA DISTANZA MINIMA DI 2 METRI TRA LE PERSONE AIUTA A PREVENIRE LA DIFFUSIONE DEL VIRUS.

08



DEVO PRESTARE PARTICOLARE ATTENZIONE AGLI ABITI DA LAVORO?

SÌ, LE DIVISE DOVREBBERO ESSERE CAMBIATE OGNI GIORNO (SE POSSIBILE) E NON MESCOLATE CON BIANCHERIA PER LA CASA. DOVREBBERO ESSERE LAVATI SEPARATAMENTE SE POSSIBILE CON ACQUA CALDA (ALMENO 60 ° C) CON DETERGENTI COMUNI E, SE POSSIBILE, AGGIUNGERE CANDEGGINA. LE SCARPE DEVONO ESSERE DISINFETTATE CON ACQUA E SAPONE O CON IPOCLORITO DI SODIO DILUITO IN ACQUA.

09



DEVO PRESTARE PARTICOLARE ATTENZIONE AI TRASPORTI PUBBLICI PER PREVENIRE LA TRASMISSIONE DEL CORONAVIRUS?

SÌ, PULISCI LE MANI PRIMA DI SALIRE SULL'AUTOBUS O IN METROPOLITANA ED EVITA DI TOCCARE OGGETTI E PERSONE. QUANDO ESCI, IGIENIZZA DI NUOVO LA MANO E NON TOCCARTI IL VISO. SE POSSIBILE, INDOSSARE SEMPRE UNA MASCHERA (PANNO O MONOUSO - USA E GETTA) MENTRE SI È LONTANI DA CASA.

10



I VEICOLI DI RACCOLTA COMUNALI DEVONO ESSERE PULITI PER RIDURRE IL RISCHIO DI CONTAMINAZIONE?

SÌ, DOPO AVER PULITO IL VEICOLO, DISINFETTARE (CON DISINFETTANTI O SPRAY CON ALCOOL AL 70%) IN PARTICOLARE LA CABINA (SEDILI, CRUSCOTTO, VOLANTE) E I PUNTI DI SUPPORTO ESTERNI PER I TAMPONI.

11



DEVO CAMBIARE I GUANTI OGNI GIORNO?

SÌ, IL CAMBIO GIORNALIERO SAREBBE L'IDEALE. SE NON È POSSIBILE, CONSIDERALI SEMPRE CONTAMINATI, QUINDI TIENILI IN UN PACCHETTO CHIUSO ED EVITA SEMPRE DI TOCCARTI GLI OCCHI, IL NASO E LA BOCCA QUANDO SEI CON LORO.



WWOSH

Waste Workers Occupational
Safety and Health
WHWB Committee



SUGGERIMENTI PER LA PREVENZIONE COVID-19

APRILE, 2020 (V1.0)