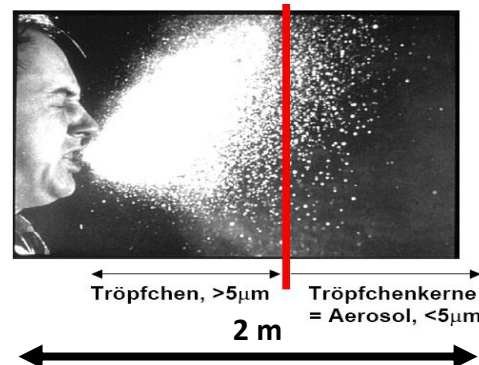


COVID-19: Scheda informativa per il personale addetto alle pulizie

Come viene trasmesso il Virus?

Attraverso goccioline infettive (tossendo, starnutendo) e attraverso superfici contaminate (tramite contatto con le mani). Il materiale contenente il virus deve entrare direttamente in contatto con le mucose. I virus sopravvivono sulle superfici circa 24-48 ore.

Attraverso un contatto stretto e prolungato con persone affette: se si sta più di 15 minuti con una persona malata a meno di 2 metri di distanza, le goccioline possono essere trasmesse.



Categorie a rischio: personale definito a rischio secondo le indicazioni del UFSP (BAG) in data 13.03.2020 ([LINK](#)):

- Tutte le persone a partire dai 65 anni
- Personale affetto dalle seguenti patologie:
 - ipertensione arteriosa
 - diabete
 - malattie cardiovascolari
 - malattie croniche delle vie respiratorie
 - sistema immunitario debole (immunosoppressione)
 - cancro

Raccomandazioni da rispettare durante la situazione attuale:

- Una pulizia regolare delle maniglie (di porte, sportelli, ante, cassetti, etc.), dei corrimani, degli interruttori della luce e dell'ascensore con un detergente è sufficiente. L'effetto ottenuto passando con uno straccio è efficace.
- Nel caso in cui una persona risultata positiva si fosse trattenuta in un particolare ufficio, queste superfici dovranno essere ulteriormente disinfettate. Idealmente il materiale utilizzato per la pulizia va riposto in un sacco e direttamente messo nella lavatrice, altrimenti utilizzare panni monouso. Se possibile, arieggiare per bene l'ufficio interessato e lasciarlo vuoto per una notte.
- Indossare sempre i guanti.
- Svuotare i cestini in modo scrupoloso, i sacchi della spazzatura non vanno schiacciati o lanciati.
- Lavarsi le mani regolarmente, nel momento in cui si tolgono i guanti.

Lavaggio mani e guanti.

Una pelle intatta è un'efficace barriera contro l'infezione. Piccole, microscopiche lesioni possono comunque offrire un punto di entrata. Lavarsi le mani frequentemente con acqua e sapone può causare irritazioni cutanee e secchezza della pelle. Durante l'inverno questa secchezza può portare a screpolature della pelle, le quali possono addirittura sanguinare. Per questo motivo prendetevi cura delle vostre mani e utilizzate regolarmente una crema idratante.


I seguenti fattori danneggiano la pelle: lavaggio prolungato, spazzolatura eccessiva, risciacquo o asciugatura insufficiente, asciugatura eccessiva (fon per le mani).

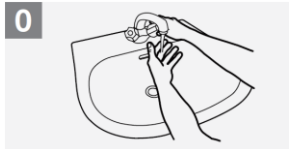
Sul retro troverete le istruzioni su come lavarsi correttamente le mani e su quali parti vengono comunemente trascurate. Inoltre viene illustrato come sfilarsi correttamente i guanti.

Lavatevi sempre le mani dopo aver tolto i guanti, i quali non sono sempre impermeabili e possono presentare difetti. Le mani si possono inoltre contaminare nel momento in cui i guanti non vengono sfilati correttamente.

Ulteriori link: BAG: Così ci proteggiamo: [LINK](#)

Il modo corretto di lavarsi le mani e sfilarsi i guanti

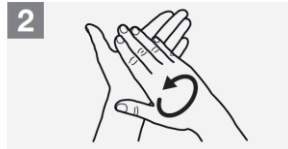
 Durata: 40 – 60 secondi



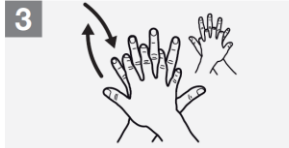
0 Bagnare le mani sotto l'acqua



1 Insaponare entrambe le mani



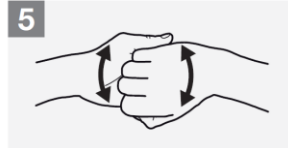
2 Frizione le mani palmo contro palmo



3 Il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa



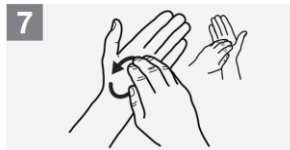
4 Palmo contro palmo intrecciando le dita tra di loro



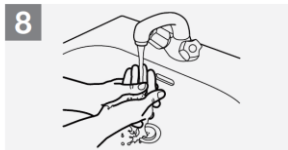
5 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



6 Pollice sinistro stretto nel pugno destro: frizionare e ruotare. Ripetere su l'altro lato



7 Frizionare e ruotare le punte delle dita destre sul palmo sinistro e viceversa



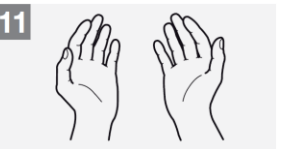
8 Risciacquare con l'acqua



9 Asciugare le mani accuratamente con una salvietta monouso



10 Utilizzare la salvietta per chiudere il rubinetto



11 Le mani sono ora pulite

(WHO: How to wash your hands: https://www.who.int/gpsc/clean_hands_protection/en/)

Come vanno sfilati i guanti correttamente?



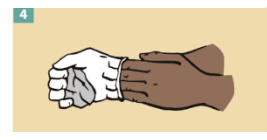
1 Afferrare la parte esterna di un guanto a livello del polso. Non toccare la pelle nuda.



2 Sfilare il guanto allontanandolo dal proprio corpo, dall'interno all'esterno.



3 Tenere il guanto appena sfilato da una mano nella mano opposta.



4 Togliere il secondo guanto infilando le dita della mano opposta all'interno del guanto a livello del polso.



5 Capovolgere il secondo guanto dall'interno all'esterno, nello sfilarlo avvolgere il primo guanto.



6 Eliminare i guanti in sicurezza. Non riutilizzare i guanti.



7 Lavarsi le mani immediatamente dopo aver tolto i guanti.

<https://www.cdc.gov/vhf/ebola/pdf/poster-how-to-remove-gloves.pdf>