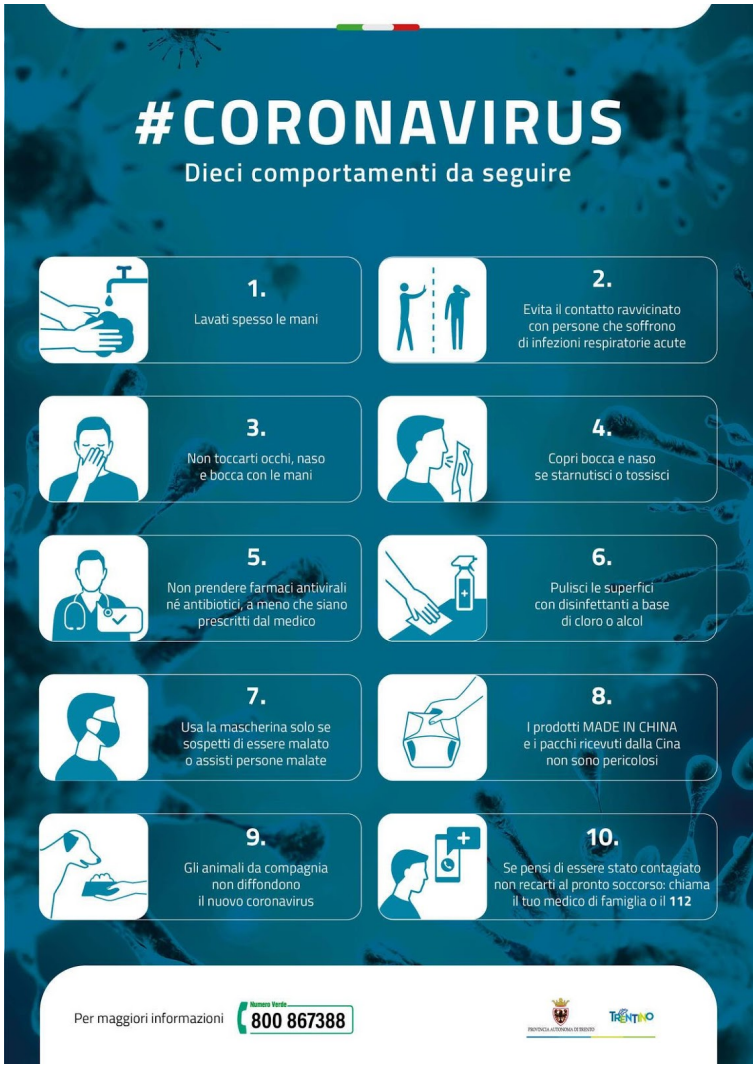
ISTITUTO TECNICO STATALE "LUIGI STURZO"

Amministrazione Finanze e Marketing, Tecnico per il Turismo,
Chimica Materiali e Biotecnologie Sanitarie e Ambientali
Via D'Annunzio, 23 Castellammare di Stabia 80053 (NA)
Tel. 0818712920 – email: natd100007@istruzione.it

DECALOGO DI COMPORTAMENTI DA SEGUIRE

La Scuola informa tutti i lavoratori e chiunque entri nell'istituto circa le disposizioni delle Autorità, consegnando e/o affiggendo all'ingresso e nei luoghi maggiormente visibili dei locali scolastici il seguente dépliant informativo.

- Lavati spesso le mani con acqua e sapone o con gel a base alcolica
- Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute
- Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani
- Copri bocca e naso con fazzoletti monouso quando starnutisci o tossisci. Se non hai un fazzoletto usa la piega del gomito
- Non prendere farmaci antivirali né antibiotici senza la prescrizione del medico
- Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcool
- Mantieni una distanza di sicurezza di almeno un metro e mezzo quando sei con altre persone
- Evita di salutare, anche nel luogo di lavoro, le persone con strette di mano e abbracci
- In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso, chiama il tuo medico di famiglia e segui le sue indicazioni
- Indossare di norma la mascherina chirurgica
- E' precluso l'accesso a chi, negli ultimi 14 giorni, abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19 o provenga da zone a rischio secondo le indicazioni dell'OMS
- E' precluso l'accesso a chi abbia un temperatura corporea oltre i 37,5°C



ISTRUZIONI PER L'USO DELLA MASCHERINA

Basta un attimo per trasformarla inavvertitamente da protezione a veicolo di possibile contagio. La mascherina va sempre maneggiata con cautela e con le dovute attenzioni, perché altrimenti si corre il rischio paradossale di aumentare il rischio di infettarsi.

Inoltre, non dobbiamo pensare che **la mascherina sia uno scudo invincibile contro il virus**. È uno strumento di prevenzione che va indossato quando richiesto e che non deve in alcun modo farci dimenticare di tenere la distanza di almeno un metro dalle altre persone e di mantenere una costante igiene delle mani.



Come indossare mascherina

Prima di leggere la guida sintetica con tutti i passaggi, vi ricordiamo due regole fondamentali da tenere a mente quando si indossa una mascherina.

- **Tenere SEMPRE le mani pulite, prima e dopo averle indossato la mascherina**
- **NON toccare mai la mascherina mentre la stiamo indossando**

Tenendo questi due principi bene a mente, ecco come indossare la mascherina correttamente.

1.Lavarsi bene le mani con acqua e sapone o con un disinfettante a base idroalcolica, prima di maneggiare la mascherina
2.Far aderire bene la mascherina adattandola al viso, assicurandosi che non cada e che sia comodamente e saldamente ancorata al volto. La mascherina deve coprire bene naso, bocca e mento
3.Non toccare la mascherina mentre la indossiamo. Non scostarla per fumare, non abbassarla per scoprire il naso o la bocca, fino a quando non rientriamo a casa
4.Evitare di toccare la mascherina durante l'utilizzo.

Bisogna cercare di tenere a memoria queste abitudini e di farle proprie ogni volta che si indossa una mascherina. Solo in questo modo saremo sicuri che stiamo proteggendo noi e gli altri.

Come togliere la mascherina in sicurezza

Bisogna porre attenzione non solo a come si mette una mascherina. Perché una volta esaurito il suo compito, la mascherina va rimossa dal volto con ancor maggior attenzione, visto che avendola indossata in pubblico è potenzialmente contaminata.

Per questo motivo, una volta rientrati a casa, dobbiamo subito **toglierci i guanti (se usati) e la mascherina**.

Anche in questo caso occorre stare bene attenti seguendo poche semplici norme igieniche.

1.Se si indossano i guanti usa e getta, rimuoverli sfruttando i colletti interni e smaltirli

2.Lavarsi accuratamente le mani con sapone o soluzione a base alcolica subito dopo

3.Rimuovere la mascherina dal volto toccando solo e unicamente gli elastici ancorati alle orecchie o sulla nuca. Evitare accuratamente di toccare la superficie della mascherina

4.Smaltire la mascherina correttamente oppure, se la mascherina è riutilizzabile, seguire tutte le indicazioni del produttore per la sanificazione

CORRETTO LAVAGGIO DELLE MANI

Contro il nuovo Coronavirus Sars-Cov-2, ad oggi non sono disponibili terapie specifiche né vaccini. Per ridurre i rischi di contagio, l'**Organizzazione Mondiale della Sanità** consiglia un'accurata igiene delle mani che, per essere efficace, deve durare dai 40 ai 60 secondi. Ecco come lavarsi le mani.

Per l'igiene delle mani, il **Ministero della Salute** raccomanda innanzitutto di usare una **soluzione alcolica**; acqua e sapone andrebbero invece utilizzati **solo in caso di mani visibilmente sporche**.

Le **soluzioni alcoliche** sono infatti efficaci per eliminare il virus, attraverso un meccanismo che altera la struttura chimica delle proteine e degli enzimi del virus, impedendo a queste sostanze di svolgere le loro funzioni.

Una corretta igiene delle mani richiede che **si dedichi all'operazione non meno di 40-60 secondi (con acqua e sapone) e non meno di 20-30 secondi (con soluzione alcolica)**. A tal proposito, il Ministero della Salute ha messo a disposizione due utili infografiche per imparare a igienizzare le mani in modo corretto.

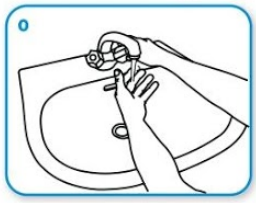
Ministero della Salute

Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

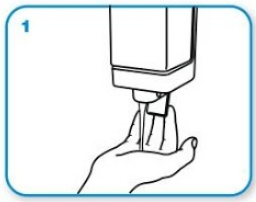
ccm
Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

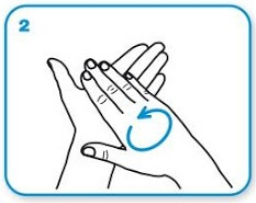
Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**



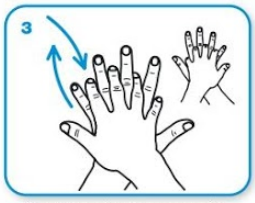
Bagna le mani con l'acqua



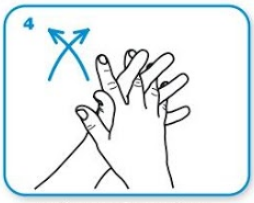
applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani



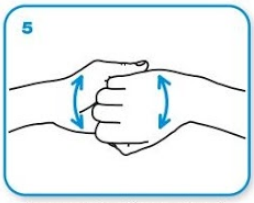
friziona le mani palmo contro palmo



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



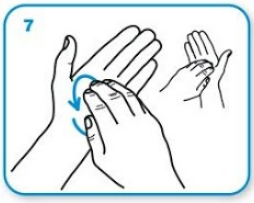
palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



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



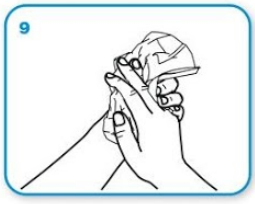
frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



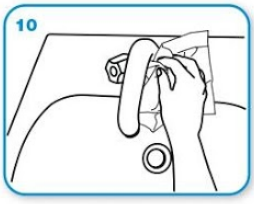
frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



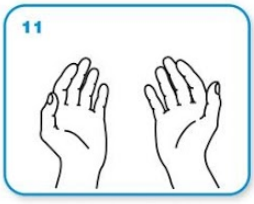
Risciacqua le mani con l'acqua



asciuga accuratamente con una salvietta monouso



usa la salvietta per chiudere il rubinetto



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE for PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.

October 2006, version 1.

World Health Organization

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

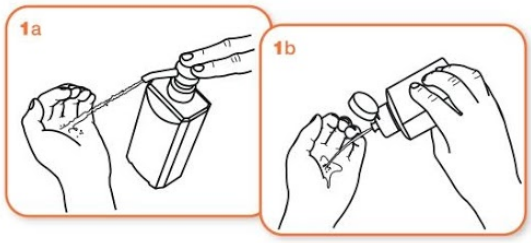
Ministero della Salute

ccm
Centro nazionale per la prevenzione e il Controllo delle Malattie

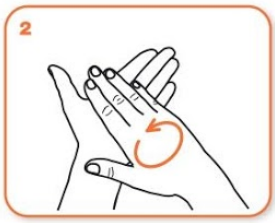
Come frizionare le mani con la soluzione alcolica?

USA LA SOLUZIONE ALCOLICA PER L'IGIENE DELLE MANI!
LAVALE CON ACQUA E SAPONE SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE!

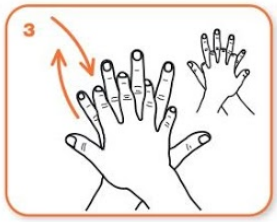
Durata dell'intera procedura: **20-30 secondi**



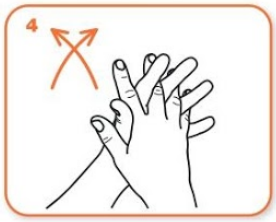
Versare nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani.



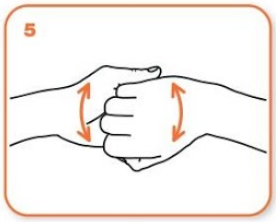
frizionare le mani palmo contro palmo



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



palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro



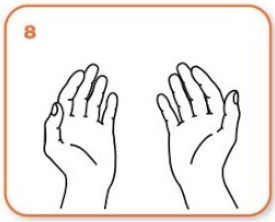
dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro



frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa



frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa



...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.

WORLD ALLIANCE for PATIENT SAFETY

WHO acknowledges the Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), in particular the members of the Infection Control Programme, for their active participation in developing this material.

October 2006, version 1.

World Health Organization

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.