



5 consells per prevenir el contagi del coronavirus



Una dona resident a Barcelona que havia viatjat feia pocs dies al nord d'Itàlia és el primer cas confirmat de coronavirus a Catalunya. Poc després de fer-se pública la notícia, Protecció Civil ha emès un comunicat **amb un seguit de consells per prevenir-ne el contagi**.

[intext1]

El coronavirus es transmet majoritàriament per via respiratòria i provoca tos, mal de coll, febre i sensació de falta d'aire. Què podem fer per protegir-nos? Tot seguit, cinc consells oficials.

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);(document,'script','playbuzz-sdk');
```

[/playbuzz]

Versió sense playbuzz

Rentar-se les mans freqüentment

Fer-ho amb aigua i sabó durant uns vint segons, o amb un preparat amb alcohol.



Tapar-se la boca

És important fer-ho, igual que el nas, en tossir o esternudar, principalment amb mocadors d'un sol ús o amb la part interna del colze.

No compartir menjar

És vital fer-ho, així com tampoc els estris com els gots, els mocadors, els tovallons o els coberts i altres objectes que no s'hagin netejat adequadament abans.

Evitar contacte amb aquells que puguin estar refredats

Cal evitar tenir un contacte estret amb persones que presentin símptomes de grip o refredat.

Els animals o els aliments, fora de perill

A Catalunya no s'han de prendre precaucions especials amb els animals ni els aliments.

[intext2]