

# Nou coronavirus SARS-CoV-2

És un nou tipus de coronavirus que pot afectar les persones. S'ha detectat per primer cop a la ciutat xinesa de Wuhan, el 2019.

## Com es transmet?

Per via respiratòria a través de petites gotes que s'expulsen en tossir o esternudar, o a través d'objectes que hi estiguin contaminats.



## Quin és el període d'incubació?

D'entre dos dies i un màxim de catorze.

Incubació  
**2-14** dies

## Quins són els símptomes?

Febre, dificultat per respirar, tos o malestar general. En casos més greus: pneumònia, insuficiència renal i altres complicacions.



## Què podeu fer per protegir-vos?

- Renteu-vos les mans freqüentment amb aigua i sabó durant uns 40-60 segons, o amb un preparat amb alcohol durant uns 20-30 segons.
- Feu ús de mascareta quirúrgica o FFP2.
- Tapeu-vos la boca i el nas en tossir o esternudar, principalment amb mocadors d'un sol ús o amb la part interna del colze.
- Eviteu compartir menjar ni estris (coberts, gots, tovallons, mocadors...) i altres objectes sense que es netegin degudament.
- Mantingueu almenys 1,5 metre de distància entre vostè i les altres persones, particularment aquelles que tossin, esternudin i tinguin febre.
- Eviteu tocar-vos els ulls, el nas i la boca
- Eviteu el contacte estret amb persones que presentin símptomes de grip o refredat.



Renteu-vos les  
mans freqüentment



Tapeu-vos la boca i el nas en tossir o esternudar, principalment  
amb mocadors d'un sol ús o amb la part interna del colze



- **Si presenteu símptomes respiratoris i/o febre quedeu-vos a casa i comuniquen per telèfon als serveis sanitaris al telèfon del 061, des d'on valoraran com actuar i us donaran les indicacions que heu de seguir.**



# Consell de com us heu de rentar les mans correctament



**1**  
Mulleu-vos les mans sota l'aixeta.



**2**  
Apliqueu-hi sabó.



**3**  
Friccioneu un palmell amb l'altre.



**4**  
Friccioneu el palmell de la mà dreta sobre el dors de l'esquerra, i viceversa.



**5**  
Friccioneu un palmell amb l'altre amb els dits entrelaçats.



**6**  
Friccioneu el dors dels dits contra el palmell oposat amb els dits travats.



**7**  
Friccioneu per rotació els dits de la mà esquerra tancada al voltant del dit polze dret, i viceversa.



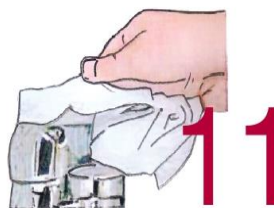
**8**  
Friccioneu per rotació les puntes juntes dels dits sobre el palmell de la mà contrària, i viceversa.



**9**  
Esbandi-vos les mans.



**10**  
Eixugueu-vos les mans amb una tovallola de paper.



**11**  
Utilitzeu el mateix paper per tancar l'aixeta.



**12**  
Llenceu el paper a la paperera.