

Recomandari pentru prevenirea si combaterea pandemiei COVID-19 pe timpul Sarbatorilor de Iarna

2020-12-30 16:52:22



În sedința din data de 21.12.2020, Comitetul Județean pentru Situații de Urgență a analizat situația epidemiologică actuală și a aprobat realizarea unor informații preventive a populației/angajaților/angajatorilor, premurgător și pe timpul Sarbatorilor de Iarna, după cum urmează:

1. Recomandări specifice populației

- să evite deplasările nejustificate, în special în spațiile aglomerate; în cazul în care, deplasările sunt necesare, se recomandă respectarea măsurilor de protecție sanitară și folosirea intervalului cu nivel scăzut de trafic de persoane;
- să se limiteze deplasările, vizitele la rude, mersul cu colindatul sau la tăiatul porcului și participarea la mesele festive de sărbători doar în familie;
- evitarea, pe cât posibil, a constituirii aglomerațiilor sociale în timpul sărbătorilor de iarnă;
- se recomandă folosirea mașinii proprii sau mersul pe jos dacă distanța nu este foarte mare și evitarea mijloacelor de transport în comun. În cazul în care va aflați în mijloacele de transport în comun încercați să nu stați fața în față cu alte persoane;
- evitarea contactului cu persoanele vulnerabile (persoane vârstnice, femei însărcinate sau cu probleme de sănătate preexistente, inclusiv obezitatea, hipertensiunea arterială și diabetul);
- evitarea locurilor de joacă pentru copii care presupun atingerea unor suprafețe/obiecte comune de către un număr mare de copii;
- evitarea atingerii suprafețelor care sunt atinse în mod frecvent și de alte persoane, precum: balustrade, clanțe, manere, butoane de lift sau de acces. În cazul în care sunteți totuși nevoiți să atingeți aceste suprafețe, protejați-vă folosind servetele de unică folosință;
- să se limiteze folosirea bancomatelor și a monedelor, optând pentru plăți cu cardul/telefonul sau plăți on-line;
- menținerea igienei riguroase a mâinilor, cu apă și săpun, timp de cel puțin 20 sec. sau cu dezinfectanți avizați, ori de câte ori este nevoie;
- evitarea atingerii feței cu mâinile nespălate/nedezinfectate;
- menținerea igienei respirației: tuse și/sau strănut (în plica cotului sau în servetele de unică folosință), rinoree (în servetele de unică folosință). După utilizare servetele de unică folosință va fi aruncat în recipientul de colectare a deșeurilor și se va efectua imediat igiena mâinilor;
- limitarea contactului cu alte persoane la maximum 15 min., la o distanță de minim 1,5 m;
- evitarea consumului de lichide din aceeași sticlă/pahar cu alte persoane și a folosirii acelorasi tacamuri;
- evitarea contactului direct cu persoanele aflate în autoizolare la domiciliu, indiferent dacă prezintă sau nu simptome specifice COVID-19;
- să informeze medicul de familie la apariția primelor simptome de infecție respiratorie acută și să se testeze în vederea depistării virusului SARS -COV-2 la recomandarea medicului de familie/specialist cât mai aproape de debutul simptomelor;
- să se evite deplasările în țările care se confruntă cu număr mare de cazuri de infectări cu noul coronavirus (COVID-19) și descurajarea întoarcerii în țara a persoanelor din zonele de risc, respectiv din țările cu număr mare de cazuri cu noul coronavirus. Date actualizate în timp real despre țările vizate pot fi obținute accesând link-ul (<http://www.cnsrbt.ro/>), respectiv „Lista regiunilor și localităților din zona roșie și zona galbenă cu transmitere a COVID-19”;
- manifestarea unei atitudini preventive față de orice caz, întrucât răspândirea virusului este posibilă și din partea persoanelor care nu manifestă simptome specifice.

2. Recomandări specifice angajaților

- să respecte măsurile de protecție sanitară impuse la locul de muncă;
- să se opteze pentru munca de acasă, în măsura în care există această posibilitate oferită de angajator;
- să instiționeze imediat angajatorul dacă prezintă, la începutul sau în timpul programului de lucru, simptome ale infectării cu virusul SARS-COV-2 (tuse, strănut, rinoree, febră, dificultăți respiratorii, stare generală alterată, etc.) în vederea controlului transmiterii virusului la locul de muncă;
- să evite deplasările nejustificate, în special în spațiile aglomerate; în cazul în care, deplasările sunt necesare, se recomandă respectarea măsurilor de protecție sanitară;
- evitarea pe cât posibil, a constituirii aglomerațiilor sociale în timpul sărbătorilor de iarnă;
- să informeze medicul de familie la apariția primelor simptome de infecție respiratorie acută și să se testeze în vederea depistării virusului SARS -COV-2 la recomandarea medicului de familie/specialist cât mai aproape de debutul simptomelor;
- să se evite contactul cu persoanele vârstnice, cu boli cronice sau vulnerabile (copii, gravide etc.);
- să se utilizeze plata cu cardul sau cumpăraturile online.

3. Recomandări specifice angajatorilor

- intensificarea triajului epidemiologic la începutul programului de lucru în rândul angajaților, în scopul identificării din timp a persoanelor simptomatice și izolarea lor cât mai aproape de debutul simptomelor;
- reamintirea permanentă a angajaților privind respectarea regulilor de protecție sanitară individuală, colectivă și la locul de muncă, precum:
- menținerea distanței sociale de minimum 1,5 m în toate zonele publice;
- menținerea igienei riguroase a mâinilor, cu apă și săpun, timp de cel puțin 20 sec. sau cu dezinfectanți avizați, ori de câte

ori este nevoie;

- evitarea atingerii feței cu mainile nespalate/nedezinfectate;
- menținerea igienei respirației: tuse și/sau strănut (în plica cotului sau în servetel de unică folosință), rinoree (în servetel de unică folosință). După utilizare servetelul de unică folosință va fi aruncat în recipientul de colectare a deșeurilor și se va efectua imediat igiena mainilor;
- limitarea contactului cu alte persoane la maximum 15 min., la o distanță de minim 1,5 m;
- identificarea riscurilor specifice locului de muncă, evaluarea de risc a transmiterii interumane și izolarea subiecților dacă se impune;
- asigurarea, prin comunicarea permanentă cu medicul/serviciul de medicina muncii, în vederea monitorizării stării de sănătate a angajaților astfel încât, aceștia să beneficieze de măsurile preventive profilactice privind combaterea răspândirii infecției COVID-19;
- să se individualizeze programul de lucru al angajaților care își desfășoară activitatea în spațiul închis, astfel încât să se reducă, pe cât posibil, contactul direct dintre aceștia, fără a afecta durata programului de lucru (decalarea programului de lucru, telemunca sau munca de la domiciliu);
- asigurarea dezinfecției periodice, cu produse bioacide avizate, în zonele comune din interiorul instituției/operatorului economic.

Respectarea acestor măsuri, deloc complicate, va duce la scăderea numărului de infectări cu noul coronavirus și implicit la salvarea unora dintre concetățenii noștri, rude, colegi sau vecini.

Trebuie să fim cu toții conștienți că numai respectând aceste măsuri vom putea trece mai repede și în siguranță peste această pandemie.

Biroul de presă