

MANIPULACIÓ DE PAPER

Una persona pot contraure la COVID-19 mitjançant dues vies d'entrada al nostre organisme:

- **Per contacte directe:** En inhalar les petites gotes procedents d'una persona infectada que ixen expel·lides pel nas o la boca en tossir, esternudar o parlar.

Aquestes petites gotes són relativament pesants, per la qual cosa no arriben gaire lluny i cauen ràpidament a terra.

Per això, és important mantenir-se almenys a 2 metres de distància de la gent i complir l'etiqueta respiratòria:

- o Cobrir-se el nas i la boca amb un mocador quan es tus i s'esternuda, i llençar-lo al poal de fem amb tapa i pedal. Si no es disposa de mocadors, hem de fer servir la part interna del colze per no contaminar les mans.
 - o Utilitzar màscares, sempre que es puga mantenir el distanciament social.
- **Per contacte indirecte:** Aquestes petites gotes poden caure sobre els objectes i les superfícies que envolten la persona, com taules, poms i baranes, de manera que altres persones poden infectar-se si toquen aquests objectes o superfícies i després es toquen els ulls, el nas o la boca.

La higiene de mans és la millor mesura de prevenció i control de la infecció per evitar aquesta via d'entrada.

No està demostrat que el paper puga suposar un risc de contagi. Es desconeix el temps que el virus hi pot romandre i la càrrega infectiva que du.

La quarantena de documents no sembla una solució viable ni sostenible. Per tant, s'han de seguir les mesures preventives que es donen per evitar el contagi:

- Ús de mampara protectora en atenció d'usuaris.
- No tocar-se la cara, el nas o els ulls amb les mans i rentar-se-les freqüentment amb aigua i sabó o gel hidroalcohòlic.

L'ús de guants no és necessari, ja que el virus no penetra a través de la pell, sinó per les mucoses (ulls, nas, boca), i els guants no protegeixen aquestes vies de penetració.

El seu ús és recomanat, però, si hem de manipular paquets molt bruts o si tenim ferides a les mans. No cal dir-ho, els hem de canviar sovint i sempre rentar-nos les mans després de la manipulació.

D'altra banda, s'ha de netejar la zona de treball amb freqüència amb un virucida o una solució hidroalcohòlica al 70%.

[Ací teniu llistes de virucides.](#)

Finalment, volem posar l'accent en el fet que la digitalització dels procediments i l'escaneig dels documents evita el tràfec i la manipulació de paper.