

# NUOVO CORONAVIRUS

## Cosa c'è da sapere

#COVID19 #Coronavirus

La nostra salute

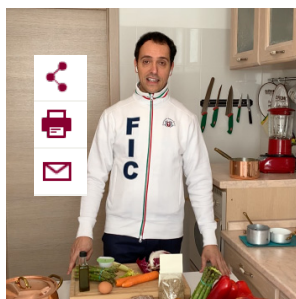
Temi e professioni

News e media

Ministro e Minister

Sei in: Home > News e media > Notizie > Notizie dal Ministero > Come fare la spesa ai tempi del Covid-19 e rispettare

## Come fare la spesa ai tempi del Covid-19 e rispet



Fare la spesa ai tempi del Covid-19 e rispettare le regole di prevenzione. Il Ministero della Salute e la Federazione Italiana nell'ambito di un Protocollo di Intesa sottoscritto, hanno fornito ai cittadini consigli sugli alimenti da acquistare intelligente, bilanciata, che duri almeno una settimana, e comportarsi al ritorno a casa per rispettare le principali regole alimentari.

Alessandro Circiello, chef ed esponente della FIC, consiglia prodotti di stagione, ricchi di nutrienti, e tra questi di preferire in particolare mele, arance, peperoni, verdure a foglia, asparagi e legumi come lenticchie, ceci, fagioli e cicerchia. Poi raccomanda di non dimenticare le uova, fonti di proteine, e formaggi e yogurt. In tema di igiene è raccomandato, oltre al lavaggio delle mani, di gettare nei rifiuti il sacchetto utilizzato per portare gli alimenti in casa e di lavare subito accuratamente frutta e verdura prima di riportarla in frigo.

Sulla corretta gestione degli alimenti altre utili informazioni arrivano dall'Istituto superiore di sanità, che ha realizzato un poster in cui fornisce ai cittadini indicazioni su come manipolare gli alimenti, come lavarli, quali dispositivi di protezione sono obbligatori nei supermercati e quali misure igieniche devono essere rispettate da chiunque manipola il cibo.

Riguardo la possibile presenza del virus sulle superfici delle confezioni dei prodotti, l'ISS nel poster informa che sulle superfici il virus può sopravvivere da qualche ora a qualche giorno se queste non vengono pulite o disinfettate o non sono esposte a sole e pioggia, ma anche che il virus è molto sensibile ai disinfettanti a base di cloro e alcol.

L'Istituto ricorda infine che il nuovo coronavirus si trasmette attraverso le goccioline (droplet) o per contatto attraverso le mani, quindi la cosa fondamentale è rispettare le norme igieniche di corretto lavaggio delle mani e mantenere il distanziamento sociale di almeno 1 metro dalle persone.

Guarda

[video della FIC sulla corretta conservazione dei cibi e sulle principali misure di igiene](#)

[video della FIC su come fare una spesa intelligente](#)

Leggi

[Poster Iss con consigli su spesa nei supermercati e in negozi di alimentari](#)

Per ulteriori informazioni:

sito nuovo coronavirus: [www.salute.gov.it/coronavirus](http://www.salute.gov.it/coronavirus)

sito iss: [www.iss.it](http://www.iss.it)

Consulta le [notizie di Nuovo coronavirus](#), le [notizie di Malattie infettive](#)

Vai all' [archivio completo](#) delle notizie

Consulta l'area tematica: [Nuovo coronavirus](#), [Malattie infettive](#)

Data di pubblicazione: 23 marzo 2020, ultimo aggiornamento 23 marzo 2020

Tag associati a questa pagina: