



09 de abril de 2020.

Nota Técnica N°1/2020 - COVID-19 E MÁSCARAS.

As máscaras faciais são consideradas Equipamentos de Proteção Individual (EPI) com impacto direto na proteção coletiva. Esses equipamentos possuem filtros responsáveis por reterem partículas presentes nos ares ou mesmo em gotículas diretamente da saliva de pessoas contaminadas por agentes prejudiciais ao entrarem em contato com as mucosas do nariz ou boca de pessoas não infectadas.

Após realização de testes de desempenho pelo Ministério do Trabalho e Emprego, no Brasil, as máscaras recomendadas para profissionais de saúde e pessoas infectadas são as PFF2 ou 3. Essas possuem elevados níveis de filtração contra agentes biológicos, sendo equivalente às adotadas nos Estados Unidos, N95 ou N99, e possuindo Certificado de Aprovação (CA) baseado nos resultados dos testes, conforme Normas de Equipamentos de Proteção Respiratória da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT).

Na atual situação, com a pandemia da COVID-19, conhecendo que a forma de contágio é dada por gotículas de saliva infectada expelidas na tosse, espirro ou até mesmo no ato da fala, o uso de máscaras é importante para as pessoas com suspeita ou caso confirmado do vírus. Também é útil para pessoas que possam estar infectadas mas assintomáticas, pois permite que tais gotículas fiquem retidas nos filtros das máscaras, evitando que haja propagação do vírus para outras superfícies, reduzindo as chances de pessoas entrarem em contato através das mãos, por exemplo, e posteriormente direcionar as mãos para qualquer mucosa, causando uma nova infecção.

Com base nisso, e sabendo que pessoas infectadas e assintomáticas também podem transmitir o vírus, a procura de máscaras pela população tem intensificado, causando a escassez do produto. Nesse prisma, a escassez foi um dos motivos que levaram o Ministério da Saúde a

emitir a Nota Técnica em 02/04/2020 sobre a população confeccionar sua própria máscara em tecido de algodão, tricoline, Tecido-Não-Tecido (TNT) ou outros tecidos que assegurem a efetividade da máscara confeccionada.

Algumas dicas foram dadas sobre essa confecção, tais como:

- Cobrir totalmente a boca e nariz;
- Possuir várias camadas, tornando-a mais espessa, além de necessitar ter a trama do tecido rigidamente fechada, assim mais efetiva ela será.

Além das dicas acima, o Ministério da saúde orienta sobre a utilização e higienização:

- Não devem ser compartilhadas com familiares ou amigos, pois são de uso individual;
- Evitar tocar na máscara durante o uso para evitar contaminação;
- Caso precise sair de casa, leve junto um saco plástico e outra máscara limpa para o caso de acidentalmente contaminar a que estiver em uso;
- Se espirrar, tossir ou ao chegar em casa, higienize as mãos com água e sabão e seque-as, e retire a máscara, removendo pela alça, não tocando pela parte da frente. Posteriormente coloque-a diretamente no saco plástico e lavá-la o quanto antes possível. Feito isso, deve higienizar as mãos novamente e colocar outra máscara limpa.
- Para a higienização da máscara caseira deve-se colocar “de molho” em recipiente com água potável e água sanitária (a exemplo: 10ml de água sanitária para 500ml de água potável) por 30 minutos. Após esse tempo, enxágue com água corrente e lavá-la com água e sabão e levar a secagem. Feito isso, com a máscara seca, recomenda-se que utilize o ferro de passar quente e depois armazene-a em um saco plástico limpo.
- Por fim, para garantir a boa efetividade, não é recomendado utilizar máscaras que estejam com buracos ou rasgadas, descartando assim qualquer que esteja em condições ruins e pouco seguras.

É válido ressaltar que o uso de máscaras caseiras **não descarta** as outras recomendações dadas pela Organização Mundial de Saúde, com isso, sejamos obedientes perante tais orientações:

- Evitar aglomeração;
- Contato físico (toque de mãos entre pessoas, beijos e abraços);
- Higienizar as mãos com água e sabão;
- Utilizar álcool a 70% em gel e líquido para as mãos e superfícies, respectivamente;

- Não compartilhamento de objetos pessoais;
- Em caso de suspeita, entrar em contato com o número 156 para melhores recomendações.

AUTORIA

Marcela Sophia Silva Rezende

REVISÃO

Luiz Eduardo Oliveira Matos

Profa. Dra. Taís Cristina Unfer

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde anuncia orientações para evitar a disseminação do coronavírus. Ministério da Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46540-saude-anuncia-orientacoes-para-evitar-a-disseminacao-do-coronavirus>, acesso em 18 de março, 2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Cartilha de Proteção Respiratória contra Agentes Biológicos para Trabalhadores de Saúde. Anvisa, 2006. Disponível em: <http://www2.ebserh.gov.br/documents/214604/816023/Cartilha+de+Prote%C3%A7%C3%A3o+Respirat%C3%B3ria+contra+Agentes+Biol%C3%B3gicos+para+Trabalhadores+de+Sa%C3%BAde.pdf/58075f57-e0e2-4ec5-aa96-743d142642f1> , acesso em 18 de março, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Máscaras caseiras podem ajudar na prevenção contra o Coronavírus. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46645-mascaras-caseiras-podem-ajudar-na-prevencao-contra-o-coronavirus>. Acesso em: 03 Abr. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Nota técnica sobre uso de máscara caseiras. 2020. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/02/Minist--rio-da-Sa--de---Nota-t--cnica-sobre-uso-de-m--scara-caseiras.pdf> . Acesso em: 03 Abr. 2020.