

INSTITUTO
FEDERAL
Rio de Janeiro

Informativo Máscara caseira



UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS CASEIRAS

De acordo com a nota informativa Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS, a Lei nº 13.969, de 06 de fevereiro de 2020 e a Portaria nº 327, de 24 de março de 2020, que estabelecem medidas de prevenção, cautela e redução de riscos de transmissão para o enfrentamento da COVID-19, fixam a utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs).

A partir desse cenário, pesquisas apontam que a utilização de máscaras caseiras impede a disseminação de gotículas expelidas pelo nariz ou pela boca no ambiente, garantindo uma barreira física que auxilia na mudança de comportamento da população e contribui para a diminuição de casos.

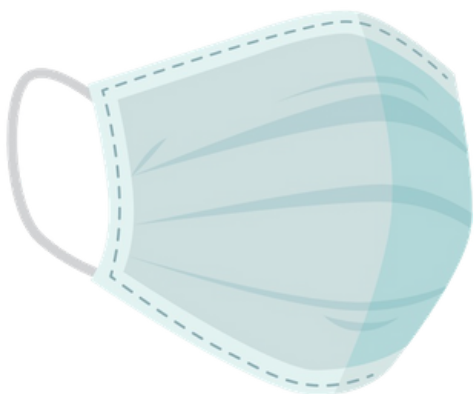
Contudo, diante da pandemia causada pela Covid-19, os profissionais da saúde de todo

o mundo estão sofrendo com a falta de equipamentos de proteção individual, resultado do desabastecimento causado pela alta demanda. Por isso, as máscaras N95 e PFF2 devem ser reservadas para eles. A população deve utilizar máscaras de confecção caseira, seguindo as orientações adequadas.

O uso das máscaras caseiras é mais uma intervenção a ser implementada junto com as demais medidas recomendadas pelo Ministério da Saúde, como o distanciamento social, etiqueta respiratória e higienização das mãos, visando interromper o ciclo da Covid-19. Ainda, de acordo com o Ministério da Saúde, as máscaras caseiras podem ser fabricadas em tecido não elástico (tricoline ou malha de camiseta fina, com composição mínima de 65% de algodão).



Os tecidos recomendados para a utilização como máscara são, em ordem decrescente de capacidade de filtragem de partículas virais:



- **Tecido de saco de aspirador**
- **Cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%);**
- **Tecido de algodão (como camisetas 100% algodão);**
- **Fronhas de tecido antimicrobiano.**

O tecido de algodão é mais indicado para a confecção das máscaras caseiras pela facilidade de acesso, higienização adequada, durabilidade e possibilidade de reutilização.

Agora, que você já sabe da importância e tem a máscara caseira, como usá-la corretamente?



- O importante é que a máscara seja feita nas medidas corretas, cobrindo totalmente a boca e o nariz, e que esteja ajustada ao rosto, sem deixar espaço nas laterais;



- O uso da máscara é individual, ela não deve ser compartilhada entre familiares, amigos e outros;



- Utilizar a máscara por um período de até 2 (duas) horas. Após esse tempo, trocar a máscara para evitar que a umidade favoreça a contaminação do usuário;



- Evitar tocar na máscara durante o uso, a não ser nas laterais do rosto, e com as mãos higienizadas;



- Para retirar a máscara é preciso lavar as mãos antes e utilizar somente os elásticos para puxá-las. Nunca toque na parte da frente da máscara;



- As máscaras reutilizáveis devem ser desinfetadas depois de cada uso.



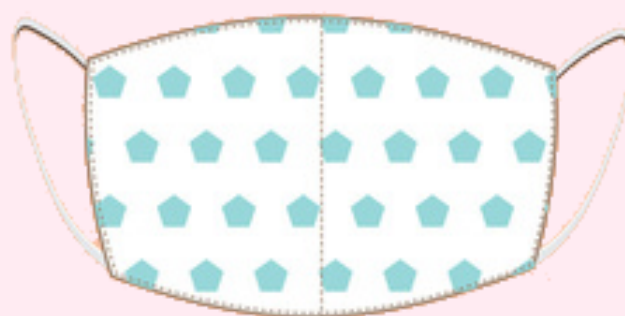
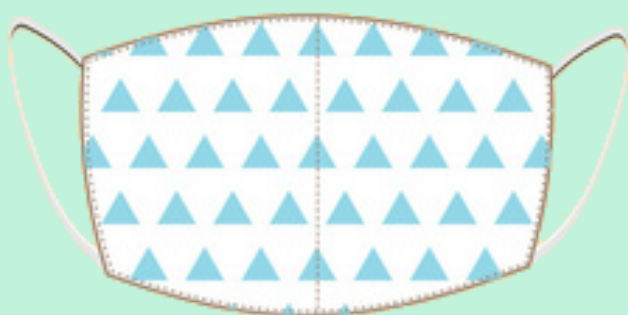
- Caso não consiga desinfetar no momento em que a retirar, guarde-a em uma sacola bem fechada e não mexa até poder desinfetar. Jamais guarde-a no bolso ou dentro do carro por exemplo;



- Após a lavagem, a máscara deve estar seca e passada a ferro para sua reutilização.

Lembre-se de que a máscara é apenas um elemento adicional às recomendações de distanciamento social e higienização, indicadas pelas autoridades sanitárias.

Vale ressaltar que como a Covid-19 foi descoberta recentemente, ainda demanda estudos, inclusive sobre o uso de máscaras caseiras. Portanto, novas informações e recomendações podem surgir ao longo do tempo.



REFERÊNCIA

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS**. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/04/1586014047102-Nota-Informativa.pdf>

UFSC/CCB. **Coronavírus: especialistas da UFSC ensinam a fabricar máscaras caseiras seguras**. Disponível em: <https://noticias.ufsc.br/2020/04/coronavirus-especialistas-da-ufsc-ensinam-a-fabricar-mascaras-caseiras-seguras/>