



Secretaria
de Estado
da Saúde



SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE PRODUTOS E SERVIÇOS DE SAÚDE

NOTA TÉCNICA Nº. 03/2020 - GVSPSS/SUVISA/SES USO DE MÁSCARAS PELA POPULAÇÃO EM GERAL

Emitida em: 08 de abril de 2020.

O uso de máscaras pela população em geral tem sido adotado em diversos países como estratégia para a redução dos casos de COVID-19, considerando a existência de transmissão viral por pessoas assintomáticas.

Pesquisas mostram que as máscaras caseiras/artesanais contribuem para evitar a transmissão de doenças respiratórias pela retenção de partículas produzidas pelo sistema respiratório: constituem-se em barreira à liberação de gotículas maiores da orofaringe, tornando-se um importante aliado no enfrentamento à disseminação da doença. Adicionalmente, são estratégicas em ocasiões em que o distanciamento mínimo entre 1,0 e 2,0 metros não é possível, como durante o uso de transportes coletivos (ônibus e metrô), e para profissionais em contato constante e próximo com outras pessoas.

Diante da escassez de equipamentos para proteção individual - EPI, em especial das máscaras cirúrgicas e respiradores N95/PFF2, em diversos países, e devido ao cenário atual da pandemia de COVID-19, recomenda-se que as máscaras cirúrgicas e respiradores N95/PFF2 sejam destinadas somente para os profissionais de saúde, visto o maior risco a que estão expostos e a necessidade de não adoecimento destes profissionais, para garantir a adequada manutenção dos serviços de saúde à população.

Pessoas com suspeita ou confirmação de COVID-19 devem ficar isoladas e sair do quarto apenas em situações de urgência ou necessidade. Nessas ocasiões, assim como quando em contato com outras pessoas, deve sempre utilizar máscara cirúrgica descartável.

Pessoas contatos próximo/domiciliares de pessoas com suspeita ou confirmação de COVID-19, e pessoas com qualquer sintoma respiratório (mesmo que não sejam suspeitas de COVID-19) devem ficar restritas em domicílio e sair apenas em situações de urgência ou necessidade. Nessas ocasiões, devem sempre utilizar máscara cirúrgica descartável em todo e qualquer trajeto, em especial se contato com serviços de saúde e outras pessoas.



Secretaria
de Estado
da Saúde



SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE PRODUTOS E SERVIÇOS DE SAÚDE

Ressalta-se que, qualquer máscara, manuseada corretamente e independente de quão eficiente seja sua filtração e vedação, não será efetiva se utilizada isoladamente. Seu uso é parte das medidas preventivas, associado à outras, indicadas pelas autoridades sanitárias, como isolamento social e de casos infectados, manutenção da etiqueta respiratória, lavagens frequentes das mãos e das superfícies, dentre outras medidas.

As medidas de utilização e higienização das máscaras caseiras fazem a diferença para a eficiência da iniciativa. Desta forma, os seguintes cuidados devem ser utilizados:

- O uso da máscara caseira é individual, não devendo ser compartilhada entre familiares, amigos e outros, mesmo após lavadas.
- Coloque a máscara com cuidado para cobrir a boca e nariz e amarre com segurança para minimizar os espaços entre o rosto e a máscara.
- Enquanto estiver utilizando a máscara, evite tocá-la na rua, não fique ajustando a máscara na rua.
- Ao chegar em casa, lave as mãos com água e sabão, secando-as bem, antes de retirar a máscara.
- Remova a máscara pegando pelo laço, nó ou elástico da parte traseira, evitando de tocar na parte da frente.
- Faça a imersão da máscara em recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos. A proporção de diluição a ser utilizada é de 1 parte de água sanitária para 50 partes de água (Por exemplo: 10 ml de água sanitária para 500ml de água potável).
- Após o tempo de imersão, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão.
- Após lavar a máscara, a pessoa deve higienizar as mãos com água e sabão.
- A máscara deve estar seca para sua reutilização.
- Após secagem da máscara utilize o com ferro quente e acondicionar em saco plástico.
- Trocar a máscara sempre que apresentar sujidades ou umidade.
- Descartar a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração ou funcionalidade comprometida.
- Ao sinais de desgaste da máscara deve ser inutilizada e nova máscara deve ser feita.



Secretaria
de Estado
da Saúde



SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE PRODUTOS E SERVIÇOS DE SAÚDE

O uso das máscaras caseiras é mais uma intervenção a ser implementada junto às demais medidas recomendadas pelo Ministério da Saúde como o distanciamento social, a etiqueta respiratória e higienização das mãos visando interromper o ciclo da COVID-19.

Sugere-se que a população possa produzir suas próprias máscaras caseiras, utilizando tecidos que podem assegurar uma boa efetividade se forem bem desenhadas e higienizadas corretamente.

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

- a) Tecido de saco de aspirador
- b) Cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%)
- c) Tecido de algodão (como camisetas 100% algodão)
- d) Fronhas de tecido antimicrobiano

A máscara deve ser feita nas medidas corretas cobrindo totalmente a boca e nariz e que esteja bem ajustada ao rosto, sem deixar espaços nas laterais.

Dado que, quanto maior a aglomeração de pessoas, maior a probabilidade de circulação do vírus, o uso das máscaras caseiras faz especial sentido quando houver necessidade de deslocamento ou permanência para um espaço onde há maior circulação de pessoas.

Pessoas com quadro de síndrome gripal que estiver em isolamento domiciliar, deve continuar usando preferencialmente máscara cirúrgica. O mesmo vale para o cuidador mais próximo dessa pessoa, quando estiver no mesmo ambiente da casa.

Como fazer uma máscara caseira?

Existem diferentes formas para confeccionar as máscaras caseiras, podendo utilizar materiais encontrados no dia-a-dia, como camisetas ou outras roupas em bom estado de conservação, até tecidos específicos confeccionadas com máquinas de costuras e elásticos.

Algumas orientações de como confeccionar as máscaras caseiras estão sendo compartilhadas em diversos canais de comunicação, como cortar camisetas deixando em camada dupla e formas que possibilitem a fixação ao rosto, ou recortes de tecidos com metragem de 21 e 34 cm e com utilização de elásticos.



Secretaria
de Estado
da Saúde



SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE PRODUTOS E SERVIÇOS DE SAÚDE

Modelo 1: usando uma camiseta:

a) Corte a camiseta e espessura dupla usando como base as marcações indicadas na figura;



- b) Faça um ponto de segurança na parte inferior (para segurar ambas as camadas);
- c) Insira um papel entre as camadas;
- d) Amarre a alça superior ao redor do pescoço, passando por cima das orelhas;
- e) Amarre a alça inferior na direção do topo da cabeça.

Modelo 2: usando costura e elástico:

- a) Separe o tecido que tenha disponível (tecido de algodão, tricoline, cotton, TNT, outros têxteis);
- b) Faça um molde em papel de forma no qual o tamanho da máscara permita cobrir a boca e nariz, 21 cm altura e 34 cm largura;
- c) Faça a máscara usando duplo tecido;
- d) Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico, ou amarras.

Essas medidas recomendadas pelo Ministério da Saúde, quando adotadas em conjunto, potencializam os efeitos da proteção contra o COVID-19 no país e por isso são tão importantes de serem adotadas por toda a população. A participação de todos é extremamente importante para a interrupção da cadeia de transmissão, independente da presença ou não de sintomas, uma vez que já existem evidências da ocorrência de transmissão pessoa a pessoa.



Secretaria
de Estado
da Saúde



SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
GERÊNCIA DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA DE PRODUTOS E SERVIÇOS DE SAÚDE

Nesse sentido, o Ministério da Saúde adere e reforça a iniciativa organizada pela sociedade, chamada “Máscara para Todos” (#Masks4All) e reforça o lema “**Eu protejo você e você me protege**”.

ATENÇÃO:

O uso de máscaras e protetores faciais por indivíduos sadios está sendo recomendado para proteger as outras pessoas de seu contato próximo evitando a disseminação de gotículas em ambientes coletivos.

Não deve ser utilizada como medida isolada de prevenção individual, sendo a lavagem das mãos e a etiqueta respiratória, medidas de maior efetividade, que combinadas devem diminuir a transmissão pessoa-a-pessoa do novo coronavírus de forma mais eficaz.

Referências

ANVISA. ORIENTAÇÕES GERAIS – Máscaras faciais de uso não profissional de 03 de abril de 2020. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/%20NT+M%C3%A1scaras.pdf/bf430184-8550-42cb-a975-1d5e1c5a10f7>

Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Saúde da Família. Coordenação-Geral de Garantia dos Atributos da Atenção Primária. NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/>

MINNESOTA (ESTADOS UNIDOS). Interim Guidance on Alternative Facemasks. 27 de março de 2020. Disponível em: <https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/hcp/masksalt.pdf>

Secretaria de Saúde da BAHIA. Nota Técnica COE Saúde nº 42 de 31 de março de 2020. Disponível em: <http://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/NOTA-T%C3%89CNICA-COE-SA%C3%9ADE-N%C2%BA-42-DE-31-DE-MAR%C3%87O-DE-2020.pdf>

Secretaria de Saúde de Minas Gerais. Nota Informativa COES MINAS COVID-19 Orientação sobre o uso de máscaras caseiras/artesanais pela população como medida de contenção à transmissão do COVID-19. Disponível em: https://www.saude.mg.gov.br/images/noticias_e_eventos/000_2020/Coronav%C3%ADrus/06_4-Nota_Informativa_para_cidad%C3%A3o.pdf

Secretaria de Estado da Saúde do Paraná. Diretoria de Atenção e Vigilância em Saúde. Nota Orientativa 12/2020: Fabricação de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) em decorrência da pandemia da COVID-19. 27 de março de 2020. Disponível em: <http://www.saude.pr.gov.br/>