



UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS CASEIRAS NO COMBATE AO CORONAVÍRUS



Desde janeiro de 2020, quando pesquisadores chineses revelaram ao mundo o primeiro genoma de um vírus que começava a infectar humanos e estava até então restrito ao país asiático, o SARS-CoV-2, causador da Covid-19, e chamado de "novo" coronavírus, o uso de máscaras como medida de proteção tem sido centro do debate em todos os países.

Isso porque a doença é transmitida principalmente por meio do contato com pequenas gotículas que contêm o vírus e são expelidas por pessoas infectadas. Elas entram em contato com as nossas vias aéreas. Portanto, o uso de máscaras é importante como medida de proteção tanto para você mesmo quanto para as pessoas a seu redor.

Máscaras caseiras de tecido: são aquelas produzidas artesanalmente em casas ou confecções com materiais não médicos, como tecido, malha ou retalhos. É o tipo mais visto nas ruas, variando muito em forma, cor, material e estilo. Elas podem ser lavadas e reutilizadas

Máscara cirúrgica: produzida industrialmente com materiais específicos e descartáveis, a máscara cirúrgica é normalmente utilizada por profissionais de saúde durante procedimentos. Ela apresenta como diferenciais:

- um material que filtra partículas menores que os tecidos comuns;
- a presença de um arame que permite uma melhor adequação ao contorno da área do nariz, minimizando frestas e aumentando a proteção.

Máscara N95: também são produzidas em nível industrial para profissionais de saúde. Elas buscam oferecer a melhor proteção contra aerossóis, as menores partículas respiratórias possíveis para a transmissão dos vírus.

Máscara cirúrgica: segundo nota técnica da SES, pacientes suspeitos e confirmados com sintomas de síndrome gripal devem utilizar máscara cirúrgica nos serviços de saúde e durante o transporte. Se esses pacientes tiverem um acompanhante, ele também deverá usar máscara cirúrgica.

O uso de máscaras é muito importante, principalmente, por evitar que pessoas que já estão infectadas, mas não sabem, transmitam a covid-19.

Quando utilizadas por grande parte da população, esse efeito protetor é cientificamente comprovado, poupando inúmeras pessoas dos grupos de risco de desenvolverem uma doença potencialmente fatal.

Entender quando e por quem cada tipo de máscara deve ser utilizado é importantíssimo. Contudo, outras medidas de prevenção como o distanciamento social, a higienização constante de mãos e de superfícies frequentemente tocadas são indispensáveis para nos protegermos contra a covid-19. Somente com a junção de todas essas medidas conseguiremos superar da melhor forma essa pandemia.

QUAIS CUIDADOS PRECISAMOS TER PARA UTILIZAÇÃO CORRETA DE UMA MÁSCARA CASEIRA?

- Lave as mãos com água e sabão ou utilize álcool gel 70% antes de colocar a máscara;
- Seu uso deve ser individual, ou seja, ela não deve ser compartilhada;
- Ela deve cobrir o nariz e a boca, amarrada de forma a não ficar espaço entre a máscara e o rosto.



UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS CASEIRAS NO COMBATE AO CORONAVÍRUS

Muitas pessoas ainda têm dúvidas sobre como usar e fazer a higienização da máscara caseira.

Veja aqui alguns esclarecimentos:

1) Por quanto tempo podemos usar a máscara caseira?

R: O ideal é de, no máximo, três horas.

2) Qual a duração deste tipo de máscara?

R: Devemos fazer uma inspeção, diariamente, para avaliar a qualidade do tecido, verificando se está danificado.

3) Posso compartilhar minha máscara?

R: Não. O uso da máscara é individual. Não devemos compartilhá-la nem com mães ou filhos, mesmo após lavá-las.

4) Quais cuidados tomar ao colocar e retirar a máscara?

R: O uso da máscara aumenta a tendência de colocar as mãos no rosto. Antes de tocar na máscara, devemos higienizar as mãos. Por isso devemos sempre sair com um frasco de álcool gel. O ideal é usarmos a máscara de lacinho, mas, se tivermos as de elástico atrás da orelha, é preciso higienizar as mãos antes de tirar as máscaras.

5) Quais outros cuidados devo ter?

R: Não deixar a máscara pendurada no pescoço ou braço porque, assim, ela está suscetível a sujeira.

6) Se eu precisar tirar a máscara por um período, o que devo fazer?

R: Devo colocá-la em um saquinho.

7) Como guardar a máscara após lavar?

R: Em um saquinho individual, fechando-o após lavar.

8) Como armazenar a máscara usada?

R: Em um saquinho, também. Devemos levar um saquinho para guardá-la até chegar em casa.

9) Como fazer a lavagem?

R: Quando chegamos com a máscara suja em um saquinho, tiramos e colocamos de molho com um pouco de água sanitária e sabão. Deixar de molho de 20 a 30 minutos, depois esfregamos, enxaguamos e colocamos para secar.

10) O molho pode ser na água quente?

R: Não, porque pode prejudicar a trama do tecido, danificando-o.

11) Precisa secar ao sol?

R: Não.

12) Depois de seca, o que fazemos com a máscara?

R: Devemos passar ferro e guardá-la em um saquinho.