



**CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIVISÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA
NÚCLEO DE VIGILÂNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE**

NOTA INFORMATIVA 01/2020 NVES/DVS/CEVS/SES

Revisada em 06/04/2020

ASSUNTO: Orientação aos profissionais de saúde e à população para o uso de máscaras de proteção e luvas de procedimentos como forma de prevenção e controle de infecções pelo novo coronavírus (COVID-19).

O novo coronavírus é um agente relacionado a infecções respiratórias, que podem apresentar-se com um quadro semelhante às demais síndromes gripais. Sua transmissão, com base no conhecimento científico adquirido até o presente momento, ocorre através da entrada no trato respiratório, pelo contato com gotículas de secreções (muco nasal, por exemplo).

Isso pode acontecer através do contato direto com as secreções da pessoa infectada, pela tosse ou espirro, ou de forma indireta, pelo contato com superfícies e materiais potencialmente contaminados.

Como forma de prevenção para minimizar a exposição a patógenos, incluindo o novo coronavírus, é necessário que sejam adotadas ações para controle e prevenção por meio de atitudes comportamentais, tais como: etiqueta respiratória (conjunto de medidas que devem ser tomadas ao tossir ou espirrar) e pela higienização das mãos, além de evitar aglomerações e a permanência em locais não arejados..

Com a ocorrência de casos confirmados de infecção pelo novo coronavírus (COVID-19) no Estado do Rio Grande do Sul, houve uma compra em massa de máscaras cirúrgicas e luvas de procedimento não cirúrgicos descartáveis pela população em geral, preocupada com a prevenção frente a este novo vírus.

Entretanto é necessário alertar que uso indiscriminado das máscaras e luvas pode prejudicar quem realmente depende delas para se proteger, deixando os profissionais de saúde sem acesso a estes Equipamentos de Proteção Individual (EPI) para lidar com os casos suspeitos e confirmados da COVID-19.



**CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIVISÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA
NÚCLEO DE VIGILÂNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE**

Conforme orientações da Organização Panamericana de Saúde (OPAS), o uso de as máscaras cirúrgicas é indicado nas seguintes situações:

- pessoas com sintomas respiratórios, como tosse ou dificuldade de respirar, inclusive ao procurar atendimento médico, evitando assim expor os demais circulantes - inclusive os profissionais de saúde - as gotículas que podem ser liberadas ao tossir ou espirrar;
- profissionais de saúde e/ou pessoas que prestam atendimento a indivíduos com sintomas respiratórios;
- profissionais de saúde e/ou pessoas que prestam atendimento a indivíduos com sintomas respiratórios em ambientes com pacientes que apresentem sintomas respiratórios.

Para toda a população, é recomendado uso de máscaras de tecido, que podem ser produzidos de forma caseira - conforme orientações do Ministério da Saúde (MS) e da Organização Mundial da Saúde - como medida de enfrentamento ao COVID-19, visando minimizar o aumento de casos. Pesquisas têm apontado que a sua utilização impede a disseminação de gotículas expelidas do nariz e boca do usuário no ambiente e superfícies, garantindo uma barreira física que vem auxiliando na retenção de contaminação e maior proteção da população, resultando na diminuição de novos casos.

A Nota Informativa nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS - em anexo - traz as instruções para que a população possa produzir as suas próprias máscaras caseiras, com orientações quanto aos tecidos, como confeccioná-las e higienizá-las após o uso.

Quanto ao uso destas máscaras de tecido é importante ter os seguintes cuidados:

- devem ser fabricadas de forma que cubram o nariz e a boca e se ajustem corretamente ao rosto, de forma que não hajam folgas entre a máscara e a pele;



**CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIVISÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA
NÚCLEO DE VIGILÂNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE**

- não devem ser utilizadas por período superior a 2 horas, ou devem ser substituídas imediatamente caso fiquem úmidas;
- recomenda-se que cada pessoa tenha mais de uma máscara, de forma que quando estiver na rua possa substituir a sua máscara usada por uma limpa - ao fazer a substituição, acondicionar a máscara usada em um saco plástico até que possa realizar a lavagem;
- as máscaras de tecido devem ser lavadas com água sanitária e água potável, deixando de molho por 30 minutos. Diluição recomendada: 1 parte de água para 50 partes de água, ou seja, 10 mL de água sanitária para 500 mL de água potável. Após, enxaguar em água corrente e lavar com água e sabão. Após lavagem deixar secar totalmente e passar a ferro antes de usar novamente.

Além das indicações descritas acima, ao utilizar máscaras é necessário seguir as seguintes boas práticas de uso, remoção e descarte destes materiais:

- manter a máscara ajustada no rosto durante todo o tempo de uso, sem frestas entre a máscara e o rosto;
- higienizar as mãos - imediatamente e de forma adequada - antes de colocar a máscara, após remover a máscara, e durante seu uso, sempre que a máscara for tocada com as mãos.

Tocar a máscara que se está usando com as mãos não higienizadas leva a contaminação deste equipamento; os microorganismos presentes nas mãos ali permanecerão, de forma que mesmo que se higienize suas mãos, na próxima ocasião em que tocar a máscara as mãos serão recontaminadas.

Os mesmos cuidados se aplicam ao uso das máscaras N95, que possuem maior capacidade de filtração. É importante destacar que mesmo para profissionais de saúde, seu uso é recomendado para:



**CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIVISÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA
NÚCLEO DE VIGILÂNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE**

- realizar procedimentos geradores de aerossóis como por exemplo, intubação ou aspiração traqueal, ventilação mecânica invasiva e não invasiva, ressuscitação cardiopulmonar, ventilação manual antes da intubação, coletas de amostras nasotraqueais.

Não há recomendação de uso das máscaras do tipo N95 pela população, mesmo em casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo COVID-19.

Quanto às luvas de procedimentos devem ser utilizadas no contexto da epidemia da COVID-19 nas seguintes situações:

- quando for necessário tocar ou prestar qualquer tipo de assistência aos pacientes com suspeita ou confirmação de infecção pelo novo coronavírus (Precaução de Contato);
- para acondicionamento e descarte de resíduos de materiais que estiveram em contato com o qualquer tipo de paciente;
- ao manipular objetos e utensílios utilizados por paciente com suspeita ou confirmação de infecção pelo novo coronavírus;
- quando houver possibilidade de contato com sangue, fluidos corporais, secreções, excreções de qualquer tipo de paciente.

Não há evidência científica de que o uso de luvas fora das situações anteriormente descritivas possa proteger contra a transmissão do coronavírus, uma vez que esse não possui capacidade de entrar no organismo através da pele íntegra; ou seja, o simples contato da pele com o vírus não acarreta em infecção, ele precisa entrar em contato com a mucosa por meio de ferimentos ou pelas vias de olhos, boca e nariz.

Este é o motivo pelo qual as orientações mais contundentes estão concentradas no reforço de medidas de higiene, uma vez que lavar as mãos com água e sabão é medida suficiente para eliminar não apenas o coronavírus, mas outros patógenos que transmitem doenças infectocontagiosas que podem estar presentes na pele.



**CENTRO ESTADUAL DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE
DIVISÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA
NÚCLEO DE VIGILÂNCIA DE ESTABELECIMENTOS DE SAÚDE**

Da mesma forma, a orientação de que não se toque olhos, boca e nariz sem a devida higiene das mãos - antes e após - pois assim evita-se que patógenos que estejam em nossas mãos sejam levados até estas mucosas.

ANEXO

Nota Informativa nº 3/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS.

REFERÊNCIAS

Organização Panamericana de Saúde - OPAS. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875. Acesso em 26/03/2020.

ANVISA. Nota Técnica GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 04/2020 Orientações Para Serviços De Saúde: Medidas De Prevenção E Controle Que Devem Ser Adotadas Durante A Assistência Aos Casos Suspeitos Ou Confirmados De Infecção Pelo Novo Coronavírus (SARS-COV-2). Atualizada em 21/03/2020.

Ministério da Saúde. Nota Informativa nº 03/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS

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

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).

O Ministério da Saúde tem realizado ações para adquirir esses produtos de diversos fornecedores, tanto nacionais quanto internacionais, bem como ações no sentido de descentralizar os recursos para apoiar os estados, municípios e Distrito Federal na compra desses EPIs conforme suas necessidades. Contudo, diante do cenário da pandemia pelo COVID-19, há escassez de EPIs em diversos países, em especial das máscaras cirúrgicas e N95/PPF2, para o uso de profissionais nos serviços de saúde (Resolução de Diretoria Colegiada - RDC nº 356, de 23 de março de 2020).

A partir desse cenário, o Ministério da Saúde recomenda que máscaras cirúrgicas e N95/PPF2 sejam priorizadas para os profissionais, considerando que os serviços de saúde são os locais com maior potencial de concentração de vírus, ao mesmo tempo em que a manutenção de suas atividades precisar ser garantida, mediante ações que visem a proteção de profissionais e pacientes.

Pesquisas têm apontado que a utilização de máscaras caseiras impede a disseminação de gotículas expelidas do nariz ou da boca do usuário no ambiente, garantindo uma barreira física que vem auxiliando na mudança de comportamento da população e diminuição de casos.

Nesse sentido, sugere-se que a população possa produzir as 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

O importante é que a máscara seja 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.

Modelo 1, usando uma camiseta:

- e) Corte a camiseta e espessura dupla usando como base as marcações indicadas na figura;
- f) Faça um ponto de segurança na parte inferior (para segurar ambas as toalha);
- g) Insira um papel entre as camadas;
- h) Amarre a alça superior ao redor do pescoço, passando por cima das orelhas;
- i) Amarre a alça inferior na direção do topo da cabeça;

Modelo 2, usando costura e elástico:

- j) Separe o tecido que tenha disponível (tecido de algodão, tricoline, cotton, TNT, outros têxteis).
- k) 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
- l) Faça a máscara usando duplo tecido.
- m) Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico, ou amarras.

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:

- n) O uso da máscara caseira é individual, não devendo ser compartilhada entre familiares, amigos e outros.
- o) 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.
- p) Enquanto estiver utilizando a máscara, evite tocá-la na rua, não fique ajustando a máscara na rua.
- q) Ao chegar em casa, lave as mãos com água e sabão, secando-as bem, antes de retirar a máscara.
- r) Remova a máscara pegando pelo laço ou nó da parte traseira, evitando de tocar na parte da frente.

- s) 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).
- t) Após o tempo de imersão, realizar o enxágue em água corrente e lavar com água e sabão.
- u) Após lavar a máscara, a pessoa deve higienizar as mãos com água e sabão.
- v) A máscara deve estar seca para sua reutilização.
- w) Após secagem da máscara utilize o com ferro quente e acondicionar em saco plástico.
- x) Trocar a máscara sempre que apresentar sujidades ou umidade.
- y) Descartar a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração ou funcionalidade comprometida.
- z) Ao sinais de desgaste da máscara deve ser inutilizada e nova máscara deve ser feita.

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, a etiqueta respiratória e higienização das mãos visando interromper o ciclo da COVID-19.

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.

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”.