

COMITÊ CIENTÍFICO DE APOIO AO ENFRENTAMENTO À PANDEMIA COVID-19  
GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL



**ORIENTAÇÕES SOBRE O USO DE MÁSCARAS DURANTE E PÓS PANDEMIA**  
**Revisado em 05 de Agosto de 2020**

**CONSIDERANDO:**

- O DECRETO Nº 55.184, DE 15 DE ABRIL DE 2020 reitera a declaração de estado de calamidade pública em todo o território do Estado do Rio Grande do Sul para fins de prevenção e de enfrentamento à epidemia causada pela COVID-19;
- Que há suficientes evidências científicas que revelam que o vírus pode ser transmitido por contato direto entre pessoas infectadas através de gotículas de saliva, espirro e tosse ou por contato indireto, quando houver o toque das mãos no nariz, na boca e nos olhos após o manuseio de objetos infectados;
- Que estudos científicos evidenciam que o uso de máscaras contribui para a redução da transmissão pessoa-pessoa da infecção pelo COVID-19;
- Que mesmo pessoas sem sintomas podem transmitir o vírus a outras pessoas tanto pela fala, como pela tosse e espirros;
- Que máscaras bem utilizadas, acompanhadas de medidas de distanciamento físico e higiene são medidas importantes para evitar infecção,

Este Comitê Científico **RECOMENDA:**

- Usar máscaras em locais públicos, especialmente em áreas de maior concentração de pessoas como supermercados, feiras, farmácias, igrejas e comércio em geral;
- Usar a máscara de forma individual;
- Não compartilhar a máscara com outras pessoas;
- Tocar a máscara somente nas alças laterais, pois quando manipuladas de forma incorreta, podem dar uma falsa sensação de segurança e aumentar a possibilidade de contágio;
- Usar a máscara na posição correta, cobrindo nariz e boca;
- Não tocar na boca, nariz e olhos;
- Lavar as mãos com água e sabão ou usar álcool 70% antes de colocar e logo após retirar a máscara;
- Trocar a máscara por uma nova máscara seca, sempre que estiver úmida;
- Lavar máscaras caseiras com água e sabão; máscaras descartáveis devem ser depositadas em saco plástico selados e descartados no lixo doméstico não reciclável;

- Quando não estiver utilizando a máscara, durante refeições, mantê-la em um saco plástico;
- Não usar máscara em crianças menores de 2 anos.

Este Comitê ENFATIZA que:

O uso de máscaras não exclui a necessidade de medidas de:

- 1) distanciamento físico mínimo de 2 metros entre pessoas;
- 2) adoção de protocolo do espirro (espirrar no lado interno do cotovelo): Se for tossir ou espirrar, cubra o nariz e boca com o cotovelo flexionado ou use lenço de papel, que deve ser descartado após o uso, e imediatamente realize a higiene das mãos;
- 3) limpeza das mãos com frequência, com água e sabão e/ou uso de álcool 70%.

## Referências

WHO. Advice on the use of masks in the context of COVID-19. 5 de junho de 2020.

Vídeo da OMS – Organização Mundial da Saúde (WHO) sobre uso correto de máscaras:

<https://youtu.be/96mXibiZvE4>

Ministério da Saúde:

<https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46645-mascaras-caseiras-podem-ajudar-na-prevencao-contr-o-coronavirus>

CDC Recommendation Regarding the Use of Cloth Face Coverings, Especially in Areas of Significant Community-Based Transmission