

USO COMUNITÁRIO DE MÁSCARA



Âmbito

O presente documento oferece orientação aos Estados Membros sobre o uso de máscaras e outras coberturas faciais na comunidade por indivíduos que não estão doentes, a fim de reduzir a potencial transmissão assintomática ou pré-sintomática do COVID-19. O documento aconselha igualmente sobre o uso de máscaras durante o atendimento domiciliar¹ a pacientes com COVID-19.

Antecedentes

Há evidências crescentes de que pessoas com fases assintomáticas, pré-sintomáticas ou precoces de infecção podem contribuir para a transmissão da comunidade do COVID-19. Uma máscara de protecção ajudará a reduzir a propagação da infecção na comunidade, minimizando o derramamento de gotículas respiratórias de pessoas infectadas que podem nem saber que estão infectadas e antes de se tornarem sintomáticas.

Tipos de máscaras



Máscaras médicas² should be reserved for health care workers and those providing care to COVID-19 patients at home. The use of medical masks can also prevent the spread of respiratory droplets from an infected person to other people and limits potential contamination of the environment by droplets.



Máscaras não médicas (máscaras de pano) são várias formas de máscaras feitas por si próprias ou coberturas faciais feitas de pano ou outros têxteis. Eles não são padronizados e não se destinam ao uso em estabelecimentos de saúde, por profissionais de saúde ou para atendimento domiciliar de casos de COVID-19.



Respirador³ consiste em proteger os profissionais de saúde expostos a agentes infecciosos durante procedimentos geradores de aerossóis. Os respiradores com válvulas não impedem a liberação de partículas infecciosas exaladas no meio ambiente, portanto, não podem ser usadas para o controle da fonte (por exemplo, pedir aos pacientes ou suspeitos de COVID-19 a usarem máscaras).

- 1 O atendimento domiciliar refere-se ao atendimento de pacientes com COVID-19 no ambiente doméstico e prestado por familiares ou amigos sem treinamento formal em saúde. As pessoas que prestam atendimento domiciliar devem receber educação e apoio do IPC para minimizar o risco de transmissão contínua dentro da casa e garantir o nível adequado de atendimento.
- 2 As máscaras médicas (às vezes chamadas de máscaras cirúrgicas) são produzidas em conformidade com padrões como ASTM F2100-11 Nível 1, 2 ou 3 ou EN14683 II ou IIR, que definem o nível de resistência a fluidos, resistência à respiração e padrões de construção.
- 3 Os respiradores ou equipamento respiratório adequado devem estar em conformidade com os padrões, incluindo N95 ou N99 ou FFP2 ou FFP3. Esses padrões mostram que o material do respirador é projetado para filtrar pequenos aerossóis criados por meio de procedimentos de geração de aerossóis. Para funcionar de maneira eficaz, eles exigem adaptação ao rosto do profissional de saúde.

Decidir se deve recomendar o uso de máscaras em toda a comunidade

Existem implicações potenciais do uso generalizado de máscaras na comunidade. Os Estados-membros devem levar isso em consideração ao decidir sobre a política local.

Riscos	Benefícios
Pode retirar suprimentos de máscaras médicas dos profissionais de saúde	Não estigmatiza pessoas sintomáticas que usam máscaras como controle de origem
O uso por longos períodos pode causar desconforto e dificuldade em respirar	Pode fornecer proteção em locais lotados onde o distanciamento físico não é possível.
Pode reduzir o cumprimento de outras medidas importantes de saúde pública	Pode proteger aqueles que trabalham em estreito contato com o público.
Se usadas incorretamente, as máscaras podem apresentar risco aumentado de auto-contaminação	Pode reduzir o risco de exposição de pessoas com infecção pré-sintomática
As máscaras não médicas fabricadas localmente podem não ser eficazes na proteção contra infecções	Pode se tornar um sinal visual para lembrar as pessoas a cumprirem outras medidas de saúde pública
Carga de custo adicional para as pessoas comprarem máscaras em configurações limitadas de recursos	Em situações de transmissão generalizada e capacidade mínima de isolamento, um número maior de pessoas sintomáticas pode estar na comunidade.

Recomendações

- O África CDC recomenda o uso comunitário de máscaras não médicas em locais onde o distanciamento social não é possível e onde há ampla transmissão da comunidade. (Notas de orientação do África CDC sobre o sector de transportes, aglomerações informais, ambientes educacionais e locais de culto)
- O uso de máscaras em toda a comunidade deve ser acompanhado por comunicações de risco e mensagens da comunidade, com instruções para o uso correcto e não às custas de outras mensagens importantes sobre higiene das mãos, higiene respiratória e outras medidas fundamentadas em evidências.
- Máscaras não médicas não são recomendadas para uso por pessoas que prestam atendimento domiciliar a pacientes com COVID-19.
- Aconselha-se os Estados-membros a priorizarem o uso de máscaras médicas e respiradores para profissionais de saúde e cuidadores de pacientes com COVID-19 em ambientes domésticos.
- As máscaras médicas são recomendadas como um meio de controle da fonte para pessoas sintomáticas, a fim de evitar a propagação de gotículas respiratórias produzidas pela tosse, fala ou espirro.
- As máscaras médicas são projetadas para uso único e foram apenas testadas quanto à eficácia nessa base. Actualmente, não existe uma maneira segura de descontaminar e reutilizar máscaras médicas.
- As máscaras devem ser usadas em adição (e não de preferência) a outras medidas de controle e prevenção de infecções (IPC): higiene das mãos, higiene respiratória, limpeza ambiental e medidas de distanciamento físico.
- As máscaras não devem ser usadas por bebês e crianças menores de 2 anos ou por pessoas com deficiência que não possam remover a máscara.
- As máscaras médicas não são recomendadas para pessoas que não estão doentes ou que não prestam assistência ao (s) paciente (s) com COVID-19 em ambientes domésticos.

Máscaras Não-médicas

Caso os decisores executivos optarem por aconselhar o uso comunitário de máscaras não médicas, os seguintes recursos deverão ser levados em consideração:

- Números de camadas de tecido - várias camadas de alta contagem de linhas
- Respirabilidade do material usado - não deve aumentar acentuadamente o trabalho respiratório
- Repelência à água/qualidades hidrofóbicas - deve resistir à absorção por gotículas de fluido na superfície externa
- Forma da máscara - deve cobrir completamente a boca e o nariz
- Montagem da máscara - deve ser confortável em usar, sem a necessidade de tocar ou reajustar uma vez colocada

Como colocar e tirar uma máscara

Para qualquer tipo de máscara, o uso e descarte adequados são essenciais para reduzir o risco de transmissão

- Verifique se a máscara está limpa, sem danos e seca antes de usar.
- Limpe as mãos com álcool ou água e sabão à base de álcool antes de colocar uma máscara
- Coloque a máscara, garantindo que ela cubra totalmente a boca e o nariz, e amarre com firmeza / coloque as presilhas elásticas para minimizar as lacunas.
- Evite tocar na frente da máscara enquanto a estiver usando, se o fizer, limpe as mãos com desinfetante para as mãos à base de álcool ou lave as mãos com água e sabão.
- Remova a máscara desatando por trás ou retirando as presilhas elásticas. Não toque na frente da máscara.
- Após a remoção ou sempre que uma máscara usada for tocada inadvertidamente, limpe as mãos com desinfetante à base de álcool ou água e sabão.
- Troque as máscaras quando fiquem molhadas com uma nova máscara limpa e seca.
- Para máscaras de pano não médicas, lave abundantemente com água quente e detergente e use um ferro quente ou mergulhe numa solução alvejante suave de 0,05% por 10 minutos e depois enxague antes de secar ao sol.
- Descarte as máscaras de uso único após cada uso com responsabilidade em lixeiras ou sacos de lixo cobertos.
- Não jogue lixo no chão com máscaras usadas.
- Não reutilize máscaras de uso único.



Como colocar correctamente uma máscara de protecção



TENHA certeza de que a máscara cobre completamente o seu nariz e a sua boca.



NÃO coloque a máscara no seu pescoço.



NÃO coloque a máscara de baixo do seu nariz.



NÃO deixe as crianças menores de dois anos de idade colocar máscaras.

Para diminuir a propagação, devemos continuar a usar máscaras correctamente, manter pelo menos 2 metros de distância das pessoas e lavar as mãos frequentemente.