

Recomendações sobre o uso de máscaras no contexto do COVID-19

09/04/2020

DIVISÃO DE INFECÇÃO HOSPITALAR/CVE/CCD

Adaptado de WHO: Advice on the use of masks in the context of COVID-19. April 6 2020.

Disponível em: [https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak))

Recomendação geral

O uso de máscaras médicas (cirúrgica e N95/PPF2) é uma das medidas de prevenção que limitam a propagação de doenças respiratórias, incluindo o COVID-19. **No entanto, o uso de máscara isoladamente não é suficiente para fornecer o nível adequado de proteção.** Outras medidas igualmente relevantes devem ser adotadas. Ao utilizar máscaras, esta medida deve ser combinada com a higiene de mãos e outras medidas de prevenção para impedir a transmissão pessoa-pessoa do COVID-19.

Cuidados na comunidade

Estudos sobre influenza e outros vírus respiratórios, incluindo o coronavírus humano fornecem evidências de que o uso de máscaras médicas pode impedir a disseminação de gotículas de uma pessoa **infectada** para outra pessoa e a possível contaminação do ambiente por essas gotículas. **No entanto, atualmente não há evidências de que o uso de máscara (seja médica ou de outro tipo) por pessoas saudáveis em um ambiente comunitário mais amplo, incluindo o uso universal na comunidade, possa impedir a infecção por vírus respiratórios, incluindo o COVID-19.**

Máscaras médicas devem ser reservadas aos profissionais de saúde. O uso de máscaras médicas na comunidade pode criar uma falsa sensação de segurança, com negligência de outras medidas essenciais, como higiene das mãos e distanciamento físico, e pode levar a tocar o rosto sob as máscaras e sob os olhos, resultando em custos desnecessários e reduzindo ainda mais a disponibilidade de máscaras aos profissionais de saúde, especialmente neste momento em que as máscaras são escassas.

Indivíduos sem sintomas respiratórios devem:

- evitar aglomerações em espaços fechados;
- manter distanciamento social;
- realizar a higiene das mãos com frequência, usando produto alcoólico ou água e sabonete quando as mãos estiverem visivelmente sujas;
- se tossir ou espirrar, cobrir o nariz e a boca com cotovelo flexionado ou lenço de papel, descartar imediatamente após o uso e realizar a higiene das mãos;
- evitar tocar boca, nariz e olhos;
- uso de máscara não é recomendado, pois não há evidências disponíveis em sua utilidade para proteção de pessoas saudáveis.

Indivíduos com sintomas respiratórios devem:

- usar uma máscara e procurar atendimento médico se apresentar febre, tosse e dificuldade em respirar, o mais rapidamente possível;
- seguir as recomendações de uso adequado de máscaras (como colocar, retirar e descartar);
- seguir todas as outras medidas de prevenção, principalmente a higiene das mãos e distanciamento social.

Uso adequado de máscaras

O uso e descarte apropriados das máscaras são essenciais para garantir a eficácia e evitar o aumento no risco de transmissão associado ao uso e descarte incorretos de máscaras.

Para o uso correto de máscaras:

- colocar a máscara cuidadosamente para cobrir a boca e o nariz e amarre com segurança para minimizar as lacunas entre a face e a máscara;
- enquanto estiver em uso, evitar tocar na máscara;
- remover a máscara usando a técnica apropriada (ou seja, não tocar na frente, mas remover por trás);
- após a remoção ou sempre que tocar inadvertidamente na máscara usada, higienizar as mãos usando produto alcoólico ou água e sabão se as mãos estiverem visivelmente sujas;
- descartar imediatamente após a remoção
- substituir a máscara por uma nova máscara limpa e seca assim que ficar úmida;
- não reutilizar máscaras descartáveis;
- descartar máscaras descartáveis em lixo comum após cada uso;
- **máscaras de pano (por exemplo, algodão ou gaze) não são recomendadas sob qualquer circunstância em serviços de saúde.**

Considerações para decisão sobre o uso de máscaras para pessoas saudáveis na comunidade

Como descrito acima, não há evidências atuais que justifiquem o amplo uso de máscaras por pessoas saudáveis na comunidade e sua abordagem deve ser considerada baseada em risco de exposição e na situação epidemiológica atual (transmissão comunitária):

Riscos de exposição ao Vírus COVID-19 considerando a circulação comunitária:

- Trabalhadores em contato próximo com o público (por exemplo, agente comunitário de saúde, caixa de supermercado, recepcionistas);
- Populações vulneráveis para desenvolver doenças graves ou com maior risco de morte, por exemplo, pessoas com comorbidades, como doenças cardiovasculares ou diabetes mellitus, e idosos;
- Situações nas quais não é possível manter distanciamento físico (por exemplo, em um ônibus lotado) e há risco de propagação rápida (por exemplo, ambientes fechados, comunidades).

No entanto, outros riscos também devem ser considerados:

- Auto contaminação que pode ocorrer ao tocar e reutilizar a máscara contaminada;
- Dificuldade para respirar, dependendo do tipo de máscara usada;
- Falsa sensação de segurança, levando a menor adesão a outras medidas preventivas, como distanciamento físico e higiene das mãos;
- Desvio de suprimentos e insumos e conseqüente, levando a escassez de máscara para os profissionais de saúde.

O uso de máscaras, na comunidade, feitas de outros materiais (por exemplo, tecido de algodão), também conhecidas como máscaras não médicas, não foi bem avaliado. Não há evidências atuais para fazer uma recomendação a favor ou contra seu uso na comunidade.