

Nota Técnica
021/2020**“Recomendações gerais para o Uso de Máscara Caseira pela População Geral durante a situação de emergência em Saúde Pública em decorrência do Coronavírus (COVID-19)”**

Secretaria Municipal de Saúde - Gabinete do Gestor - Lagoa Santa/MG - Brasil

O uso das máscaras caseiras junto com as demais medidas recomendadas pelo Ministério da Saúde como o distanciamento social, a etiqueta respiratória e higienização das mãos tem por objetivo interromper o ciclo da COVID19.

Dessa forma, essa medida pode ser utilizada por toda a população, sendo importante a participação de todos para interromper a cadeia de transmissão, independente de sintomas.

Para ser eficiente como uma barreira física, a máscara caseira precisa seguir algumas especificações:

1. É preciso que a máscara tenha pelo menos duas camadas de pano, ou seja, dupla face;
2. Podem ser feitas em tecido de algodão, tricoline, TNT ou outros tecidos;
3. Deve ser feita nas medidas corretas cobrindo totalmente a boca e nariz e que estejam bem ajustadas ao rosto, sem deixar espaços nas laterais.

Como produzir sua máscara

1. Separe o tecido que tenha disponível (tecido de algodão, tricoline, cotton, TNT, outros têxteis);
2. Faça um molde em papel de forma que o tamanho da máscara permita cobrir a boca e nariz (21 cm altura e 34 cm largura);
3. Faça a máscara usando duplo tecido;
4. Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico ou faça tiras de amarração.

Como usar a máscara

- Use a máscara sempre que precisar sair de casa;
- 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;
- Enquanto estiver utilizando a máscara, evite tocá-la na rua, não fique ajustando a máscara na rua, caso seja necessário, higienize as mãos após tocá-la;
- Saia sempre com pelo menos uma máscara reserva e leve um saco plástico para guardar a máscara suja, quando precisar trocar;
- Ao chegar em casa, lave as mãos com água e sabão, secando-as bem, antes de retirar a máscara;

- Remova a máscara pegando pelo laço ou nó da parte traseira, evitando tocar na parte da frente;
- Lave as máscaras usadas com água sanitária da seguinte maneira:
 - ✓ Mergulhe a 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);
- Deixe de molho por cerca de dez minutos;
- Enxágue a máscara em água corrente e lave com água e sabão;
- Após lavar a máscara, a pessoa deve higienizar as mãos com água e sabão;
- A máscara deve estar seca para sua reutilização;
- Após secagem da máscara, passe com ferro quente e guarde em um saco plástico (limpo e seco);
- Troque a máscara sempre que apresentar sujidades ou umidade;
- Descarte a máscara sempre que apresentar sinais de deterioração ou funcionalidade comprometida, ou seja, se estiver rasgada ou desgastada.

**LEMBRE-SE: O USO DA MÁSCARA É INDIVIDUAL! NUNCA COMPARTILHE SUA MÁSCARA,
NEM MESMO COM SEUS FAMILIARES!**

REFERÊNCIA

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. Brasília, DF: 2020.

Lagoa Santa, em 06 de abril de 2020.



Maria Ivanilde de Andrade

Referência Técnica da Atenção Primária à Saúde
Secretaria Municipal de Lagoa Santa/MG



João Paulo da Silva

Coordenador do Núcleo de Atenção à Saúde
Secretaria Municipal de Lagoa Santa/MG



Karina Viana Brandão Mio Lisboa

Médica Referência da Comissão de Enfrentamento ao COVID
Secretaria Municipal de Lagoa Santa/MG