



MANUAL TÉCNICO

MÁSCARAS

Prevenção COVID

Abril 2020

FICHA CATALOGRÁFICA

R892 Royo, Vanessa de Andrade, 1975 –
Manual técnico: Máscaras: prevenção COVID / Vanessa
Royo; Thallyta Maria Vieira; Bianca Karoline Meira; Clarice
Avelar Almeida; Thainara da Silva Gonçalves. – 1. ed. –
Montes Claros, Edição Independente, 2020.
2390 KB PDF.
Inclui Bibliografia.
ISBN: 978-65-00-07863-3

1. Informação.

I. Título

CDD 610
CDU 614.4

EQUIPE TÉCNICA

Profa Thallyta Maria Vieira

Profa Vanessa de Andrade Royo

Estudantes:

Bianca Karoline Meira

Clarice Avelar Almeida

Thainara da Silva Gonçalves

Edição e Editoração:

Profa Vanessa de Andrade Royo

Apoio

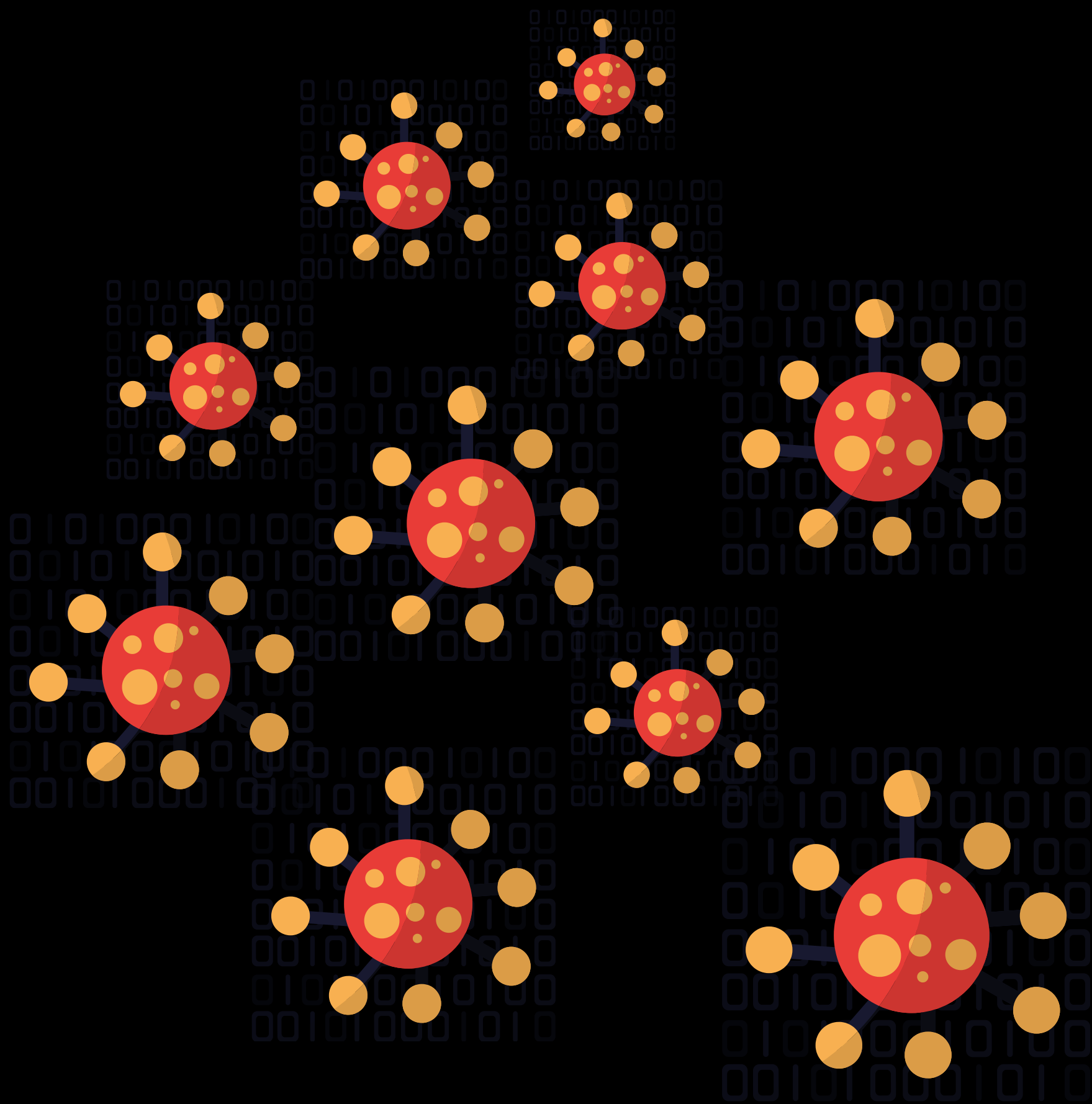


INFORMAÇÃO

**Ministério da Saúde
recomenda:**

Máscaras
cirúrgicas e N95/PFF2 sejam
priorizadas para os
profissionais de saúde.

ENTENDA O PORQUE!



*Os serviços de
saúde são os locais com
maior potencial de
concentração de vírus,*

*Ao mesmo tempo
que a manutenção
das atividades
precisa ser
garantida!*





Mediante ações que
visem a proteção de
profissionais e
pacientes.

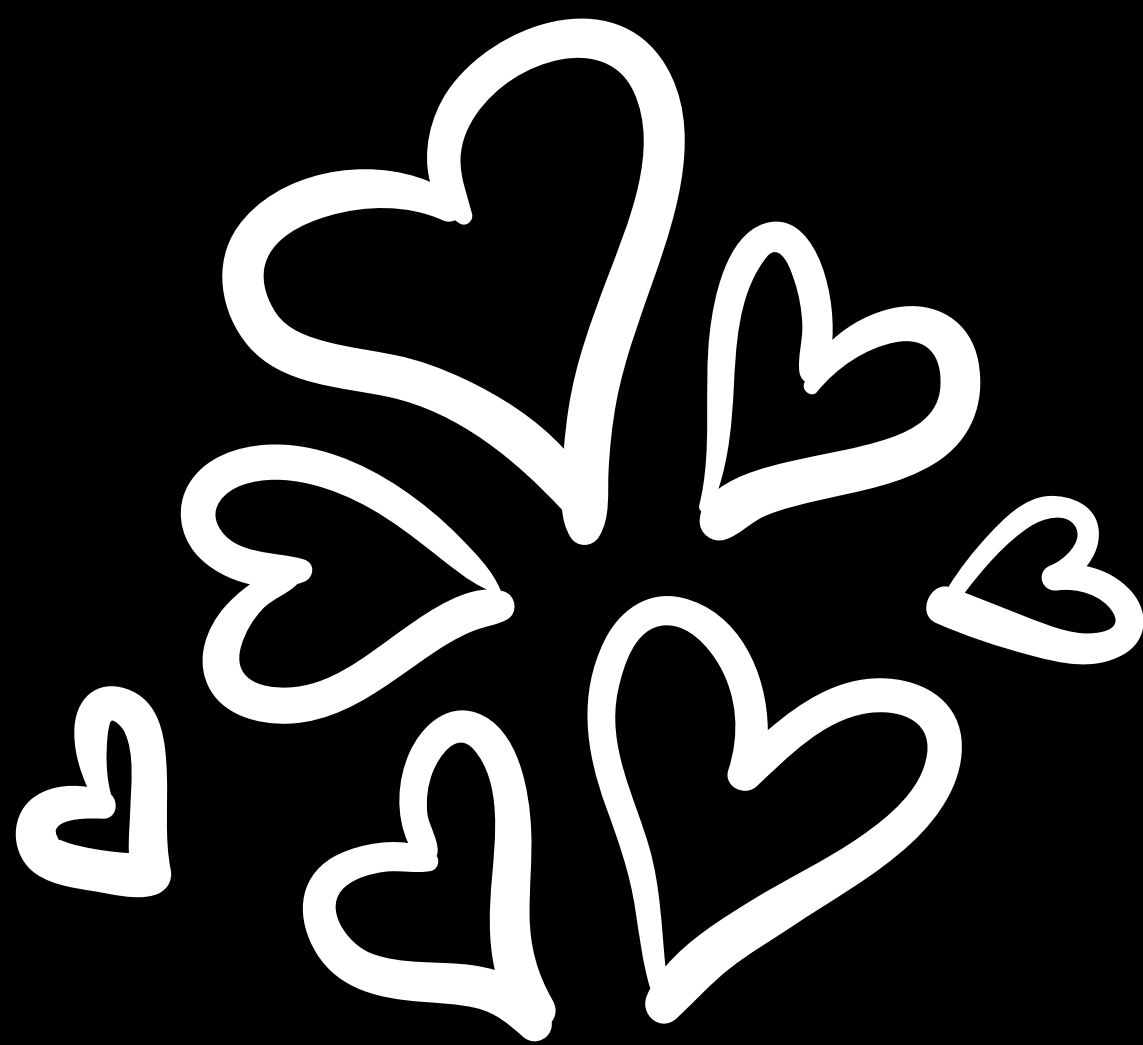
Máscaras caseiras



Impedem a
disseminação de gotículas
expelidas do nariz ou da
boca do usuário, no
ambiente.

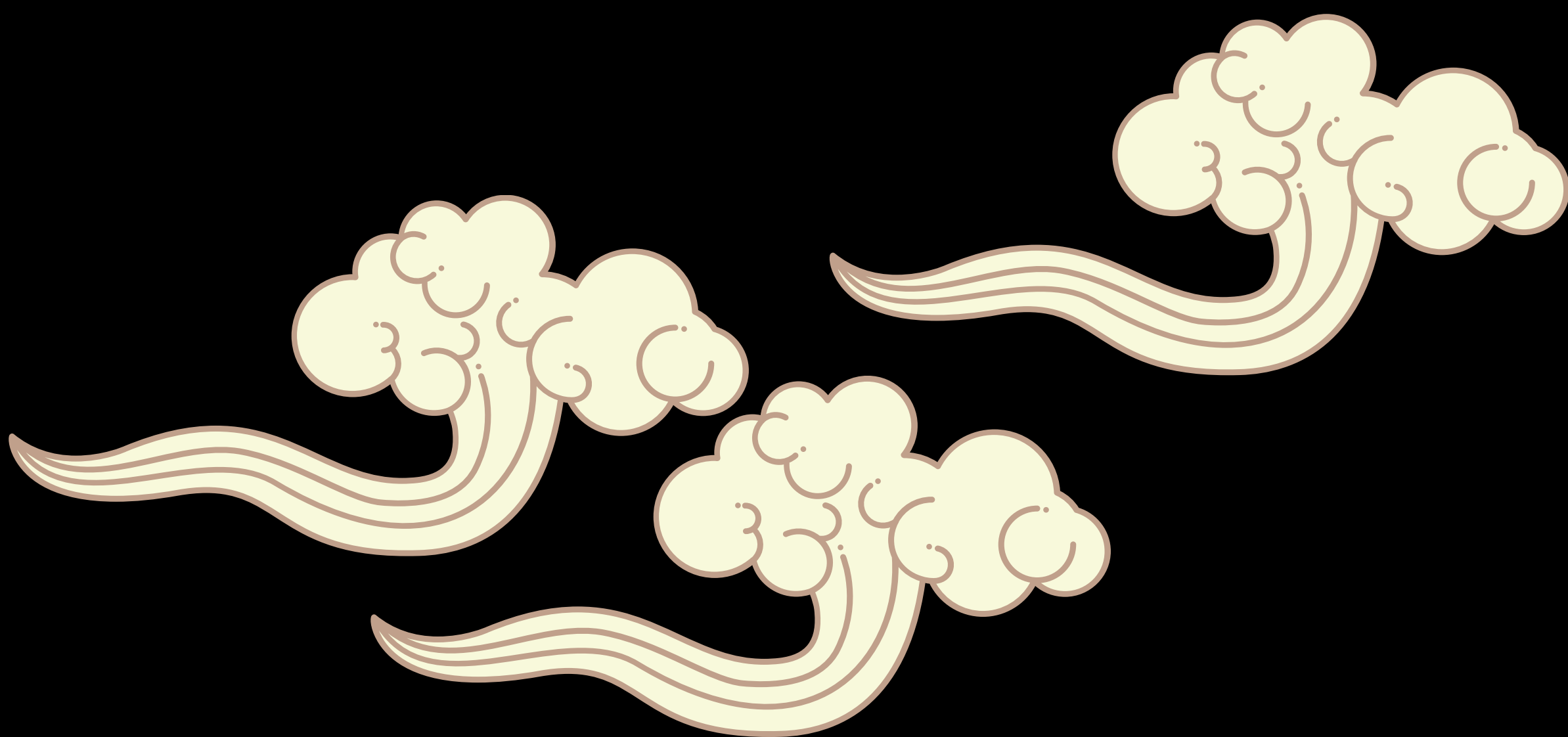
*Garantem assim a
barreira física.*

*O uso gera mudança
de comportamento
da população e
diminuição de
casos.*



Empatia!

Os tecidos recomendados,
na próxima página, para
utilização como
máscara são em ordem
decrecente de capacidade
de filtragem de partículas
virais, sendo a) de maior
capacidade e d) de menor
capacidade.





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.





OBSERVAÇÃO

Quando tiver outra opção,
deixe o TNT pra confecção
de avental.

Não use para máscaras.

O TNT é importante para
confecção de avental
(capote) e está em falta!



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.

Atenção

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.

Esclarecimento

VOCÊ SABE O QUE É:

SÍNDROME GRIPAL?

INDIVÍDUO COM

- Febre
- Tosse ou dor de garganta
- Início nos últimos 7 dias

Segundo Guia de Vigilância em Saúde 2019

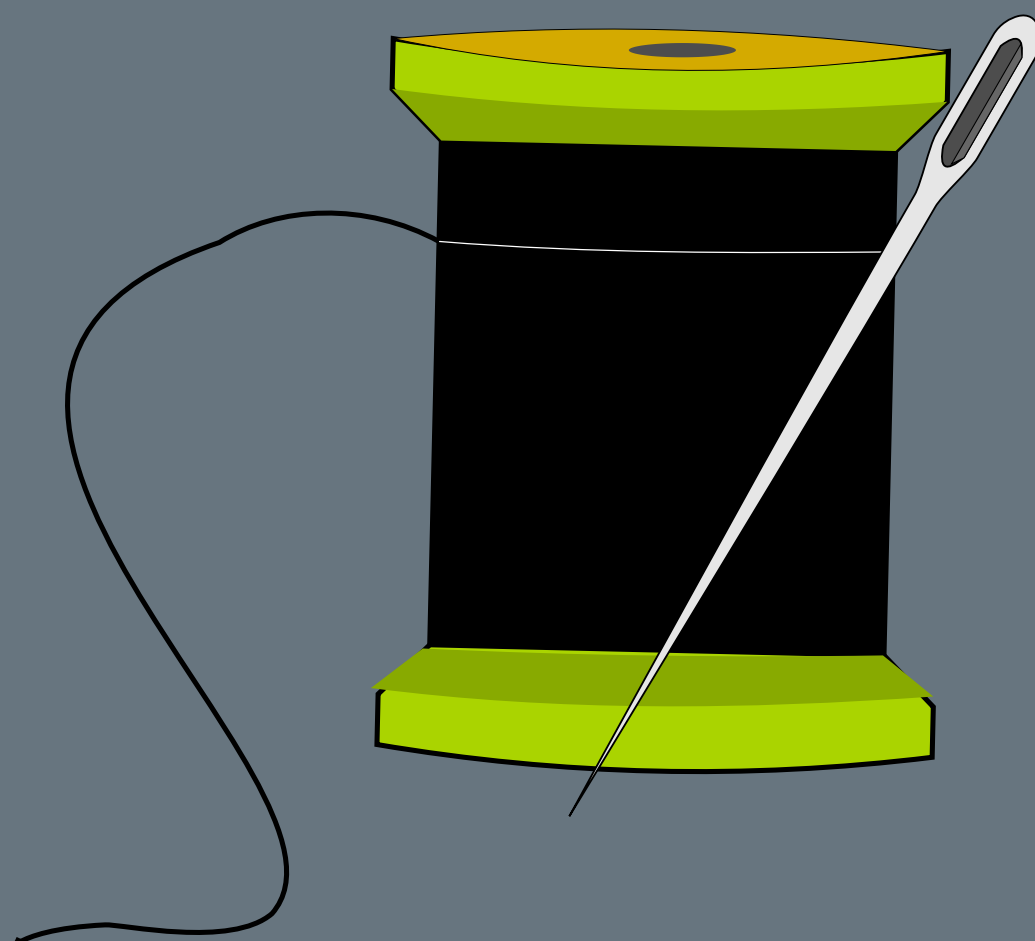




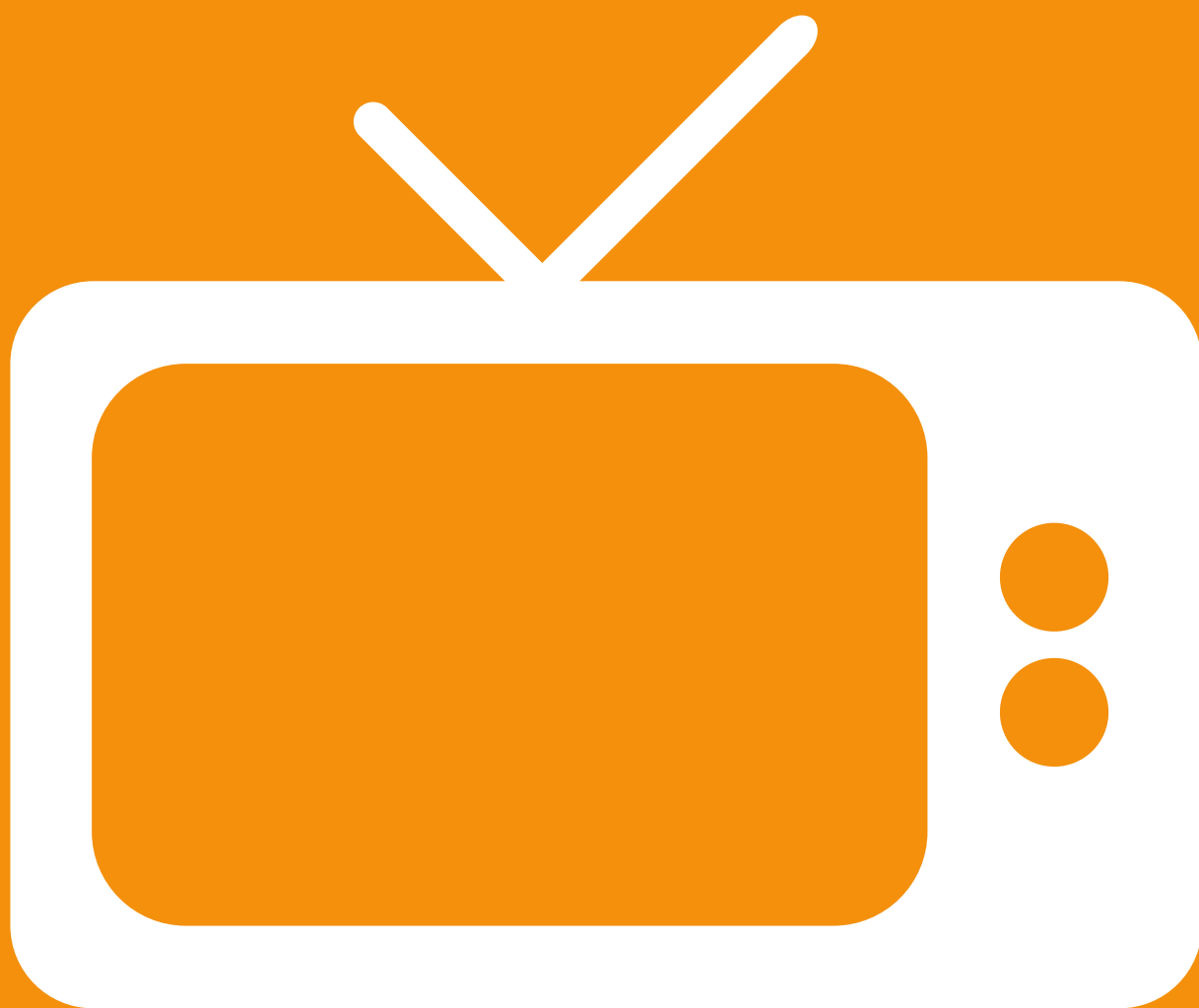
Como fazer uma máscara caseira.



Podem ser usadas
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.





SUGESTÃO DE MEDIDA

Recortes de tecidos com
metragem de 21 cm altura e
34 cm de largura e com
utilização de elásticos, ou
tiras de pano.



Modelo 1 usando uma camiseta:

Corte a camiseta em espessura dupla usando como base as marcações indicadas abaixo:



Faça um ponto de segurança na parte inferior.

Insira um papel entre as camadas.

Modelo 2, usando costura e elástico:

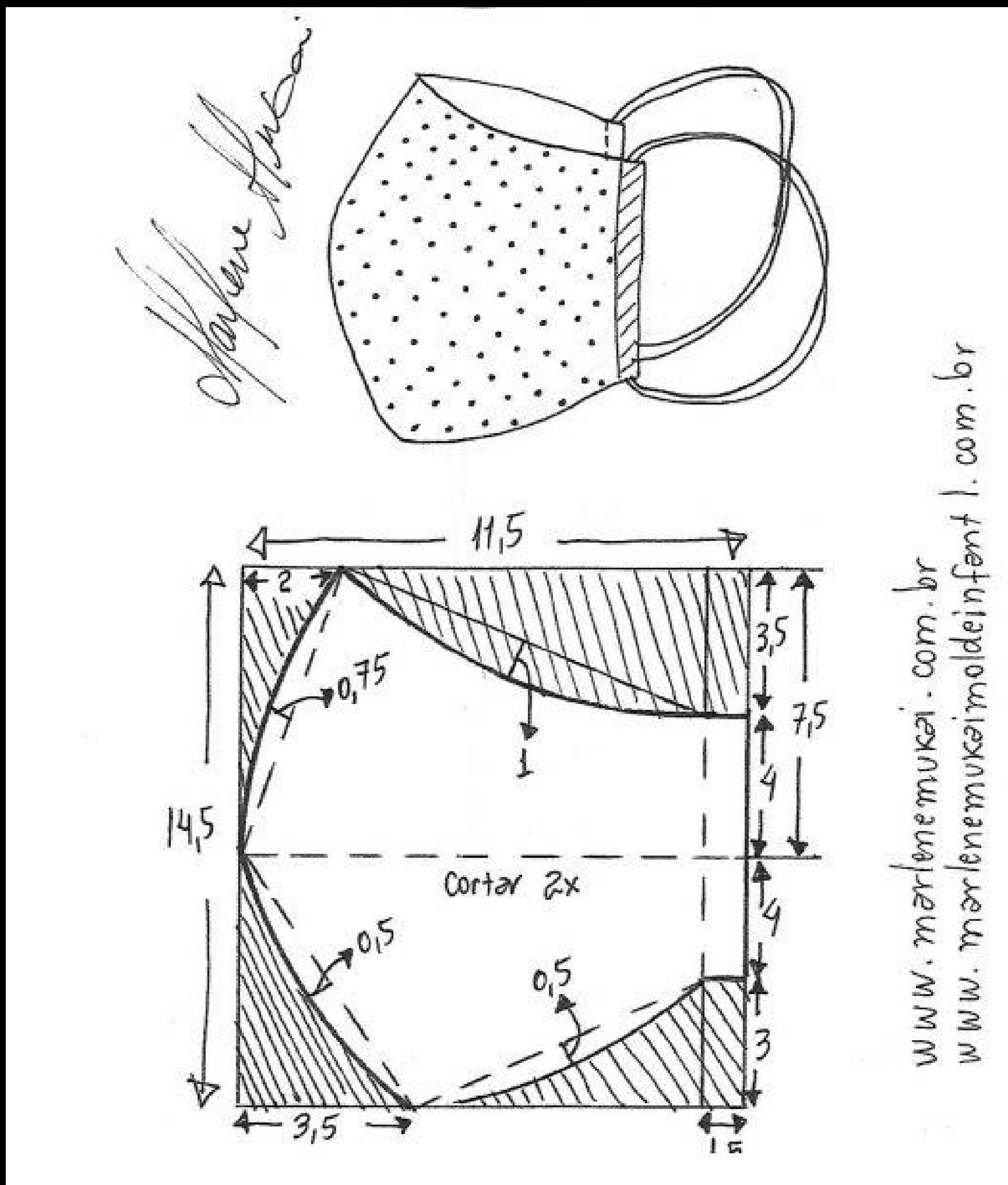
Separe o tecido, faça um molde em papel no tamanho da máscara.



Faça a máscara usando triplo tecido.

Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico, ou amarras.

Modelo 3, Bico de pato:



Esse modelo costuma ser mais confortável.

Modelo 4, sem costura::



1) Dobre uma vez



2) Dobre a segunda vez



3) Separe dois elásticos ou gominha de cabelo



4) Passe o elástico como na figura
Repita o mesmo do outro lado



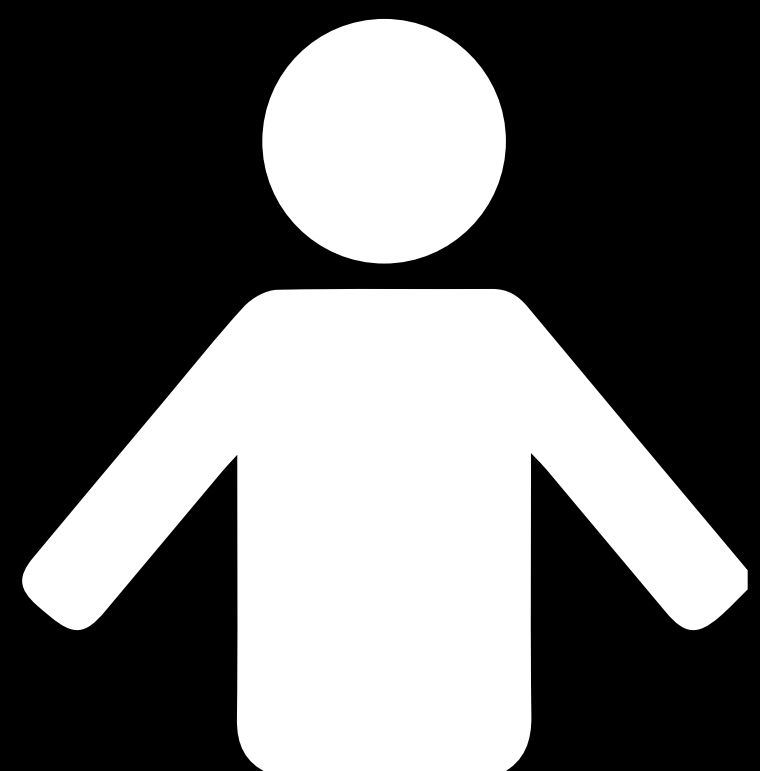
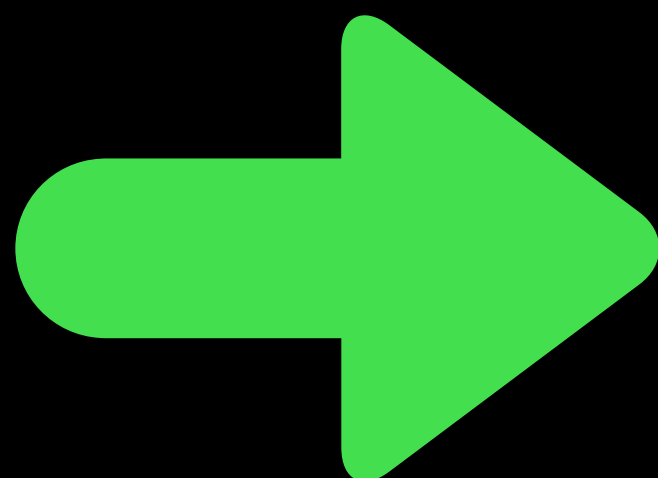
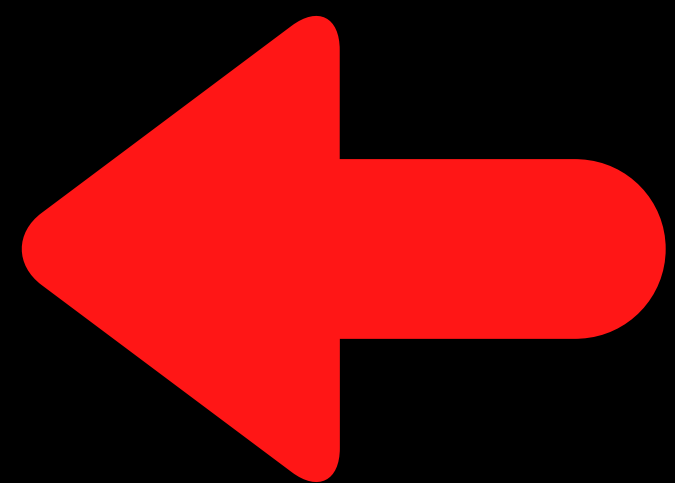
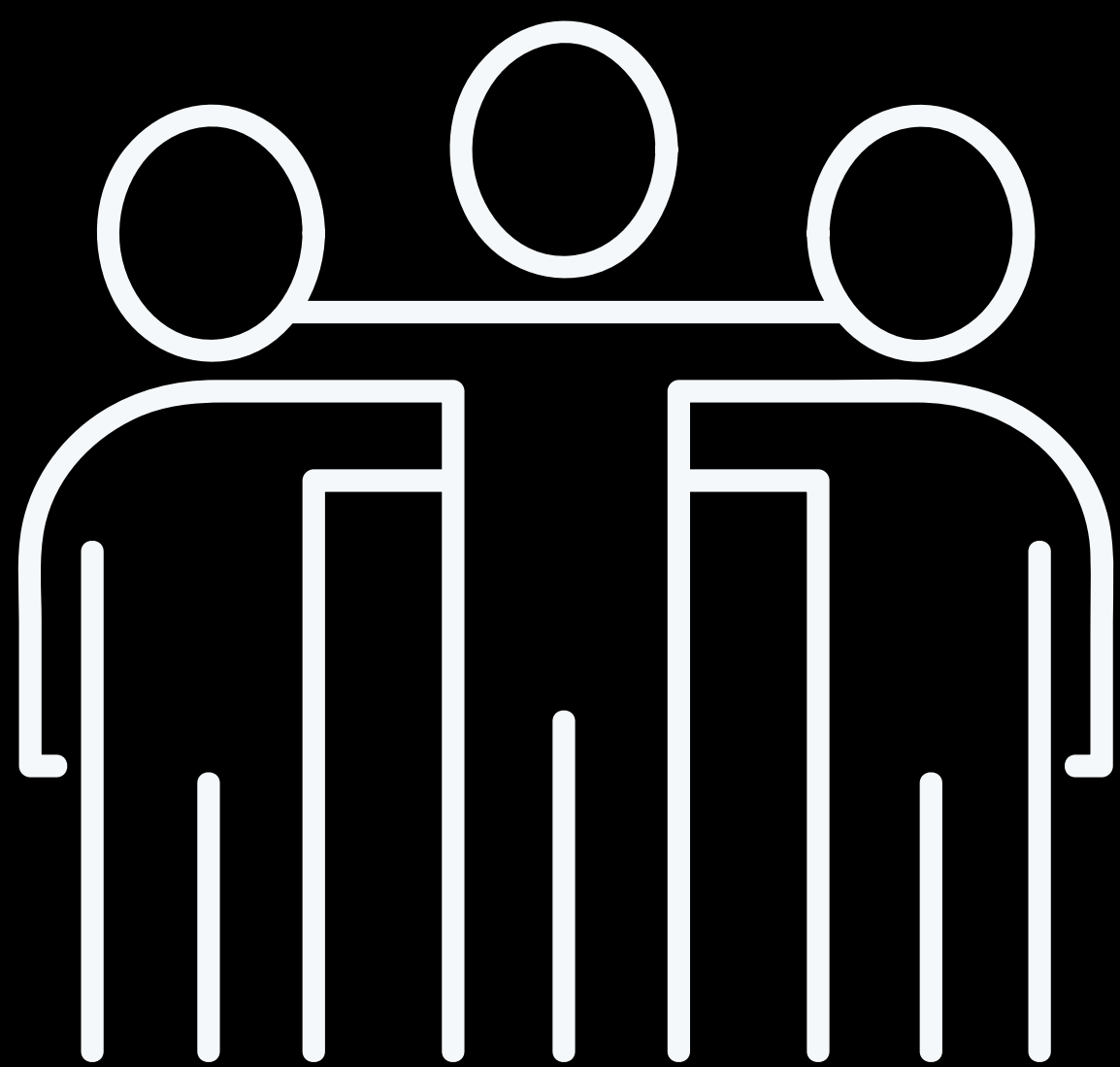
5) Dobre as duas pontas



HIGIENIZAÇÃO E CUIDADOS COM AS MÁSCARAS CASEIRAS

**Faz a diferença
para a eficiência.**

O uso da máscara caseira é individual, não devendo ser compartilhada entre familiares, amigos e outros.



Atenção!

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.

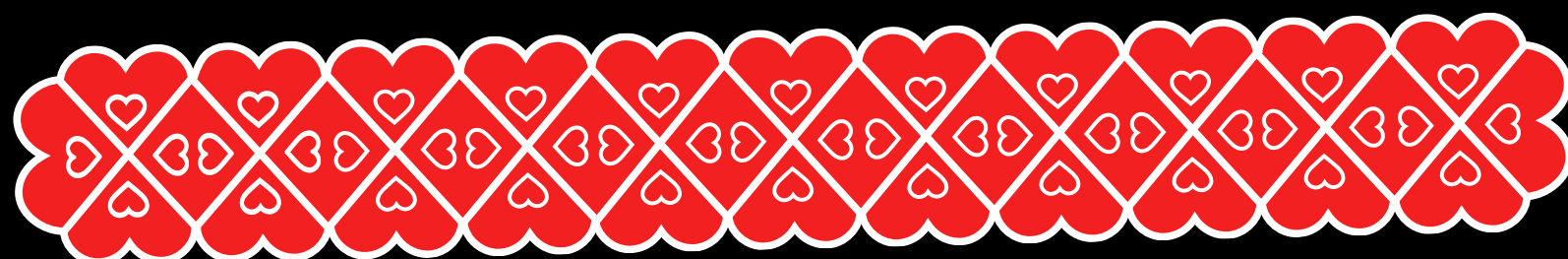
Quando estiver utilizando a máscara, evite tocá-la ou ajustá-la.



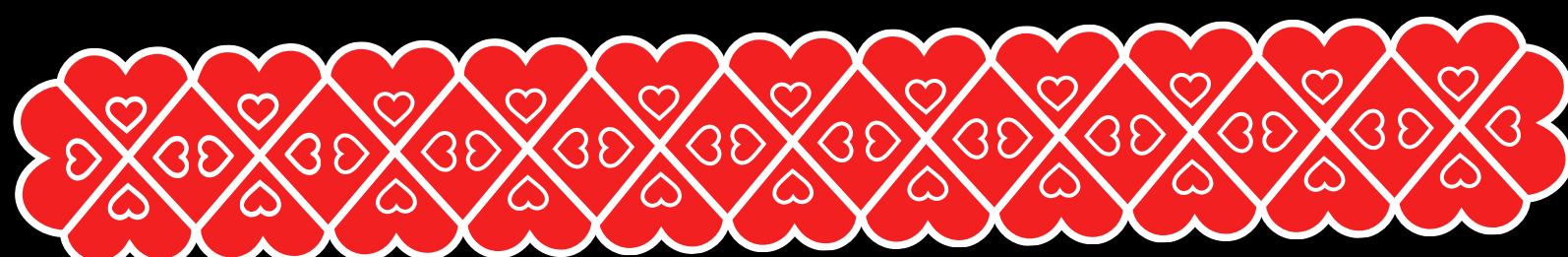
Manusear apenas pelo elastico ou pano da lateral, presa a orelha.



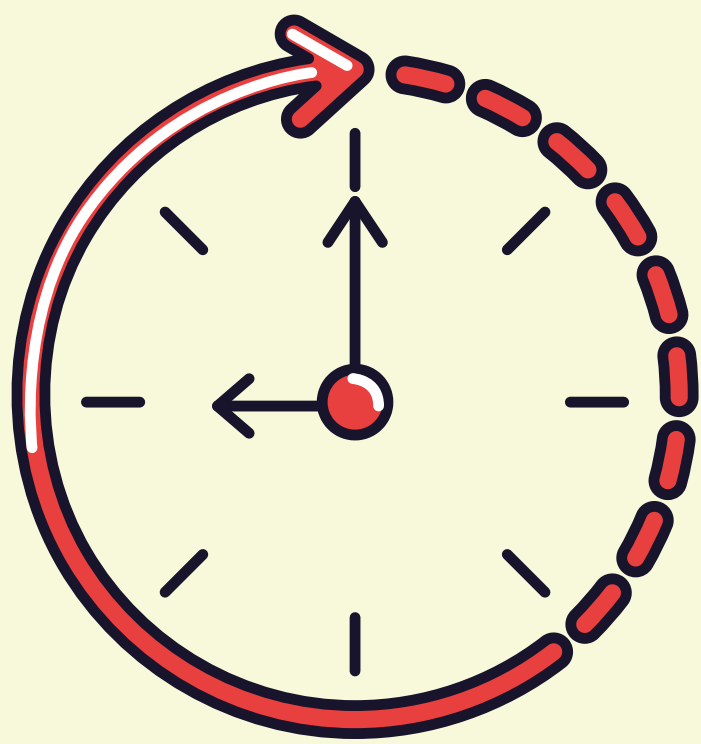
Ao chegar em casa, lave as
mãos com água e sabão,
secando-as bem,
antes de retirar a máscara.



Remova a máscara pegando
pelo laço ou nó da parte
traseira, evitando de
tocar na parte da frente.



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.

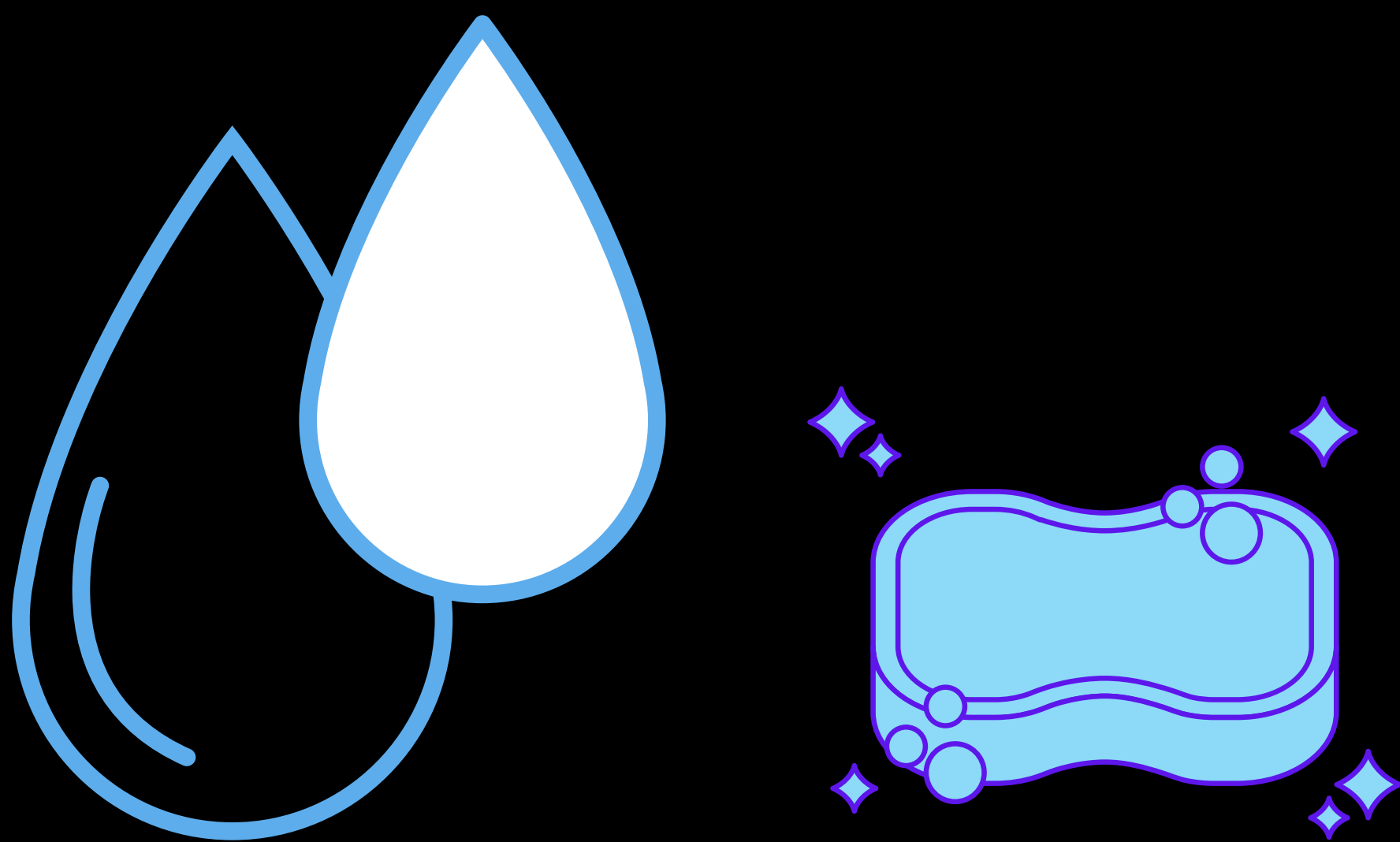


(Por exemplo: 10 mL de água sanitária para 500 mL de água potável).

Após o tempo de imersão,
realizar o enxágue em água
corrente e lavar
com água e sabão.



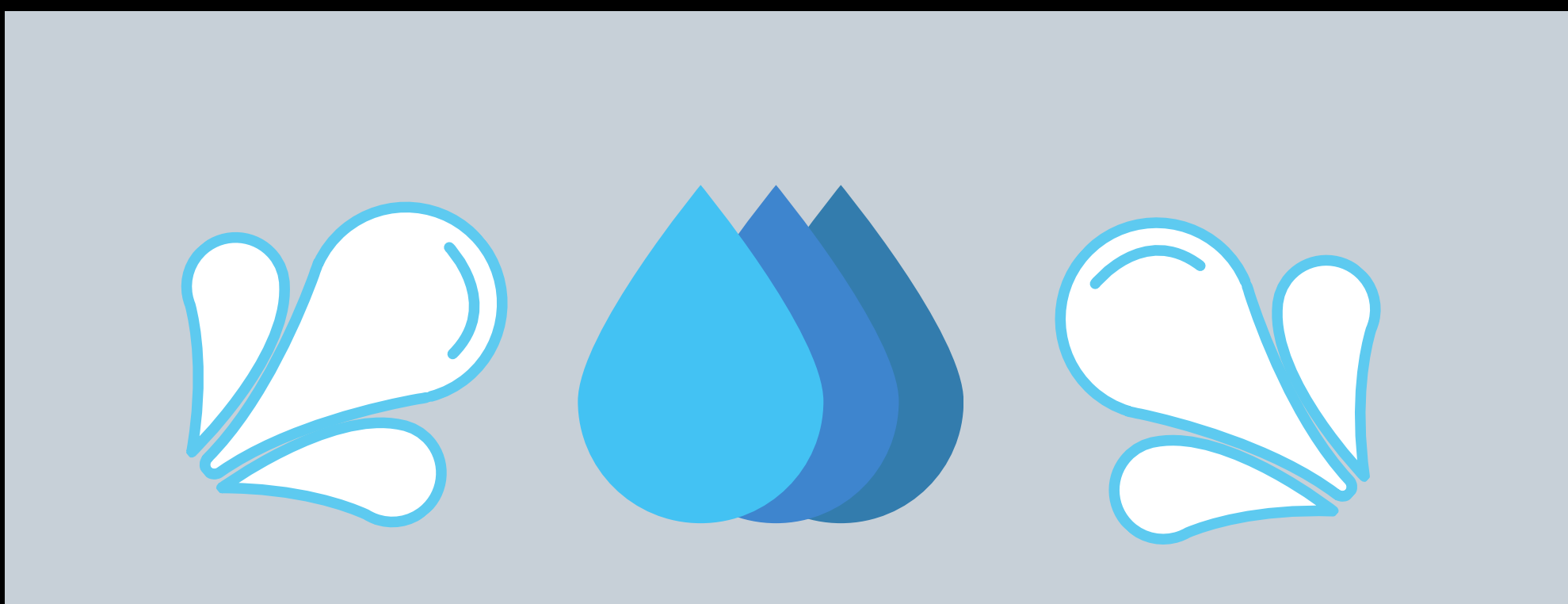
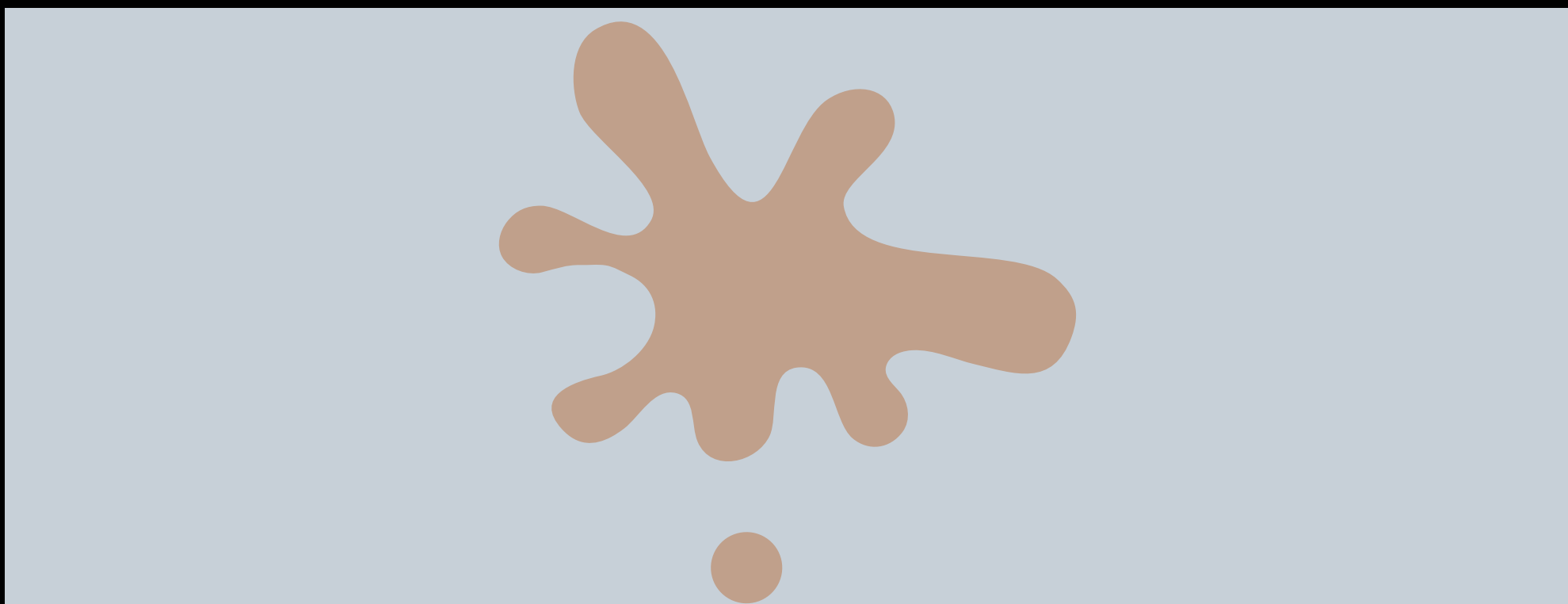
Após lavar a máscara, a
pessoa deve higienizar as
mãos com água e sabão.



A máscara deve estar seca
para sua reutilização.

Após secagem da máscara
utilize o ferro quente e para
guardar, acondicionar em
saco plástico.





Trocar a máscara sempre
que apresentar sujidades
ou umidade ou a cada
2 horas.

Descartar a máscara
sempre que apresentar
sinais de deterioração ou
funcionalidade
comprometida.

Sugere :



**Lavar antes de
descartar!
e
colocar em
sacola plastica e
amarrar!**

Observação

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 e a higienização das mãos, visando interromper o ciclo da COVID19.

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”.

Referências

Modelos das máscaras:

<https://www.tribunapr.com.br/viva/como-fazer-mascara-de-tecido-para-se-proteger-do-coronavirus-em-apenas-3-passo/>

<https://marlenemukaimoldeinfantil.com.br/video-e-molde-de-mascara-bico-de-pato/>

<https://www.uol.com.br/vivabem/faq/coronavirus-quem-deve-usar-mascara-pode-ser-de-tecido-tire-duvidas.htm>

Programa utilizado, canva, as demais figuras utilizadas são do programa canva e de uso gratuito.

Adaptado da:

NOTA INFORMATIVA Nº 3/2020-
CGGAP/DESF/SAPS/MS

Gratidão

por toda ajuda!



