

# COVID-19 ORIENTAÇÃO SUMÁRIA #8

## Utilização de máscaras

### RECOMENDAÇÕES PARA O PESSOAL DA FARMÁCIA

1. O pessoal da farmácia deve usar uma máscara facial (para além de outros Equipamentos de Proteção Individual que fazem parte das precauções contra gotículas e contacto) para se protegerem da infeção, e para evitar a transmissão de doenças no caso de um dos elementos da equipa da farmácia ficar infetado.
2. O pessoal da farmácia pode precisar de usar uma combinação de luvas, uma bata, uma máscara facial e/ou um escudo facial ou óculos de proteção, dependendo das tarefas que realizam e da sua situação pessoal como parte das precauções contra gotículas e contacto.
3. A utilização de uma máscara isoladamente é insuficiente para fornecer um nível de proteção adequado. A higiene das mãos e do rosto deve ser realizada com frequência.
4. Manter uma distância de 1-2 metros dos doentes e do público, para evitar a propagação de pessoa para pessoa através de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada fala, tosse ou espirra
5. Desinfetar quaisquer superfícies que possam ser tocadas por doentes ou público.
6. Os respiradores não são geralmente exigidos no ambiente da farmácia comunitária, mas são exigidos por profissionais de saúde envolvidos em procedimentos geradores de aerossóis.
7. Cabelo curto ou amarrado, evitar barbas longas, e evitar o uso de joias, relógios e maquilhagem, tudo contribui para a prevenção de infeções e uso mais eficiente de máscaras, respiradores e óculos de proteção.
8. Em ambientes de cuidados de saúde para doentes com COVID-19 onde são realizados procedimentos geradores de aerossóis (por exemplo, unidades de cuidados intensivos e semi-intensivos COVID-19), o pessoal da farmácia deve usar um respirador (norma N95 ou FFP2 ou FFP3, ou equivalente).

### RECOMENDAÇÕES PARA O PÚBLICO

Recomenda-se aos membros do público que usem uma máscara nas seguintes circunstâncias:

1. Ao cuidar de uma pessoa com suspeita de infeção por COVID-19.
2. Se tiverem sintomas tais como tosse, espirros ou febre.
3. Se pertencerem a grupos de maior risco, incluindo adultos mais velhos (particularmente os com mais de 65 anos) e pessoas com condições de saúde subjacentes, e se estiverem em locais públicos ou na presença de outros.
4. Se precisarem de sair de casa por qualquer razão quando estão em quarentena (ou seja, em isolamento preventivo após contacto com um caso confirmado ou potencialmente positivo de COVID-19), para prevenir uma potencial transmissão assintomática ou pré-sintomática.

As máscaras só são eficazes quando utilizadas em combinação com a limpeza frequente das mãos com fricção das mãos à base de álcool ou sabão em água.

Para detalhes e referências de apoio, consultar o documento de orientação completo em [www.fip.org/coronavirus](http://www.fip.org/coronavirus)

Este documento baseia-se nas provas e recomendações disponíveis de organizações respeitáveis no momento da sua publicação. Será atualizado à medida que novos conhecimentos forem sendo disponibilizados. 14 de Julho de 2020. Fontes: OMS e CDCs dos EUA, 2020

## COMO COLOCAR, UTILIZAR, RETIRAR E DISPOR DE UMA MÁSCARA

1. Antes de tocar na máscara, limpe as mãos com uma solução à base de álcool ou água e sabão.
2. Antes de colocar a máscara, inspecione-a para ver se está danificada ou com buracos.
3. Verifique qual é o lado superior (onde se encontra a faixa metálica ou a borda rígida).
4. Certifique-se que o lado adequado da máscara (geralmente o lado colorido) está virado para fora.
5. Coloque a máscara no seu rosto. Aperte a tira de metal ou a borda rígida da máscara para que ela se molde à forma do seu nariz.
6. Certifique-se de que a máscara cobre a boca e o queixo.
7. Após a utilização, tire a máscara; retire os laços elásticos de trás das orelhas, mantendo a máscara afastada do rosto e da roupa. Evite tocar em superfícies potencialmente contaminadas da máscara.
8. Deite fora a máscara num contentor fechado imediatamente após a sua utilização.
9. Faça a higienização das mãos depois de tocar ou descartar a máscara. Use solução à base de álcool ou, se estiverem visivelmente sujas, lavar as mãos com água e sabão.

Para detalhes e referências de apoio, consultar o documento de orientação completo em [www.fip.org/coronavirus](http://www.fip.org/coronavirus)

Este documento baseia-se nas provas e recomendações disponíveis de organizações respeitáveis no momento da sua publicação. Será atualizado à medida que novos conhecimentos forem sendo disponibilizados. 14 de Julho de 2020. Fontes: OMS e CDCs dos EUA, 2020

Traduzido por: