

**NOTA TÉCNICA Nº 07/2020 – SMSA/PMBV**

**BOA VISTA – RR 2020**

# ORIENTAÇÕES PARA CONFECCÃO E USO DE MÁSCARAS DE TECIDO PARA POPULAÇÃO EM GERAL

## ELABORAÇÃO

**Francinete da Silva Rodrigues**  
Superintendente da Vigilância em Saúde

**Daniel Bernardino Zanona**  
Diretor do Centro de Referência Em Saúde do Trabalhador Regional

**João Neto de Sousa da Silva**  
Diretor do Departamento de Vigilância Em Saúde Ambiental

**07 de MAIO DE 2020**

## 1.INTRODUÇÃO

O Coronavírus pode ser espalhado por gotículas suspensas no ar quando pessoas infectadas conversam, tosse ou espirram. Pesquisas têm apontado que a utilização de máscaras caseiras atua como barreiras físicas, impedindo a disseminação de gotículas expelidas do nariz ou da boca do usuário no ambiente, diminuindo a exposição e o risco de infecção para a população em geral.

Nesse sentido, sugere-se que a máscara deve ser feita nas medidas corretas, devendo cobrir totalmente a boca e nariz, sem deixar espaços nas laterais. Também é importante que a máscara seja utilizada corretamente, não devendo ser manipulada durante o uso e deve-se lavar as mãos antes de sua colocação e após sua retirada. Seguindo as recomendações a seguir, as máscaras faciais de uso não profissional podem ser produzidas em casa, adquiridas no comércio ou diretamente das artesãs.

## 2.INDICAÇÃO/PÚBLICO ALVO

Qualquer pessoa pode fazer uso de máscaras faciais de uso não profissional, EXCETO:

- a. profissionais de saúde durante a sua atuação;
- b. pacientes contaminados ou suspeitos (com sintomas);
- c. pessoas que cuidam de paciente contaminados;
- d. crianças menores de 2 anos, em pessoas com problemas respiratórios ou inconscientes, incapacitadas ou incapazes de remover a máscara sem assistência;
- e. demais pessoas contraindicados pelo profissional de saúde.

Recomenda o uso em locais públicos (por exemplo, supermercados, farmácia e no transporte público) e a higienização das mãos antes de colocar e retirar a máscara.

**IMPORTANTE:** mesmo de máscara, mantenha distância de mais de 1 (um) metro de outra pessoa.

### 3. TIPOS DE TECIDOS PARA CONFECÇÃO DE MÁSCARAS

Para fins de ampliar o acesso é importante que a máscara tenha baixo custo. As máscaras caseiras podem ser feitas em tecido de algodão, tricoline, TNT ou outros tecidos, devem ser evitados os tecidos que possam irritar a pele, como poliéster puro e outros sintéticos, o que faz a recomendação recair preferencialmente por tecidos que tenham praticamente algodão na sua composição e se faz necessário duas camadas de tecido, ou seja, dupla face.

Informações quanto a composição dos tecidos:

a. 100% Algodão- características finais quanto a gramatura:

I- Gramatura: 90 a 110 (p/ ex, usadas comumente para fazer lençóis de meia malha 100% algodão);

II- Gramatura: 120 a 130 (p/ ex, usadas comumente para fazer forro para lingerie);

III- Gramatura: 160 a 210 (p/ ex, usada para fabricação de camisetas).

**\*Gramatura de Tecido: é a quantidade de gramas(g) contidos em 1m<sup>2</sup> de tecido.**

b. Misturas - composição

I- 90 % algodão com 10 % elastano;

II- 92 % algodão com 8 % elastano;

III- 96% algodão com 4 % elastano.

### 4. MEDIDAS PARA CONFECÇÃO DE MÁSCARAS:

<b>Fixação</b>	As tiras devem ser fixadas nas margens horizontais ou verticais da máscara, tendo comprimento mínimo de 80 cm.
<b>Dimensões</b>	A máscara deve cobrir o nariz e a boca do usuário e deve ter um ajuste facial apropriado. As dimensões mínimas devem ser: 17,5 cm de largura por 9 cm de altura (essa altura é sugerida para que seja possível a confecção da máscara com duas pregas na parte frontal).

Fonte: ABNT NBR 15052:2004

## 5.MEDIDAS DE LIMPEZA DAS MÁSCARAS:

Ao contrário das máscaras descartáveis, as máscaras de tecido podem ser lavadas e reutilizadas regularmente, entretanto, recomenda-se evitar mais que 30 (trinta) lavagens.

- a. máscara deve ser lavada separadamente de outras roupas;
- b. lavar previamente com água corrente e sabão neutro;
- c. deixar de molho em uma solução de água com água sanitária\* ou outro desinfetante equivalente de 20 a 30 minutos;
- d. enxaguar bem em água corrente, para remover qualquer resíduo de desinfetante;
- e. evite torcer a máscara com força e deixe-a secar;
- f. garantir que a máscara não apresenta danos (menos ajuste, deformação, desgaste, etc.), ou você precisará substituí-la;
- g. guardar em um recipiente fechado.

**\* Para preparar uma solução de água sanitária ( 2,5%) com água, por exemplo, você pode diluir de 2 colheres de sopa de água sanitária em 1 litro de água.**

## 6.COMO SECAR A MÁSCARA:

- a. para secar, basta colocar no varal;
- b. após secagem, passar com ferro quente;

## 7.DESCARTE DA MÁSCARA:

Descarte a máscara de pano ao observar perda de elasticidade das hastes de fixação, ou deformidade no tecido que possam causar prejuízos à barreira. As máscaras de TNT não podem ser lavadas, devem ser descartáveis após o uso. Para removê-la, manuseie o elástico ao redor das orelhas, não toque na parte frontal da máscara e jogue fora imediatamente em um saco de papel ou plástico fechado ou em uma lixeira com tampa. Evite tocar a superfície do saco de papel ou plástico após o descarte da máscara, não toque no rosto ou em superfície, lave imediatamente as mãos com água e sabonete novamente ou proceda a higienização com preparação alcoólica a 70%.

## 8. ORIENTAÇÕES GERAIS:

- a. em primeiro lugar, é preciso dizer que a máscara é individual. Não pode ser dividida com ninguém, nem com mãe, filho, irmão, marido, esposa etc mesmo depois de higienizada;
- b. a máscara pode ser usada até ficar úmida. Depois desse tempo, é preciso trocar. Então, o ideal é que cada pessoa tenha pelo menos duas máscaras de pano;
- c. também é importante ter elásticos ou tiras para amarrar acima das orelhas e abaixo da nuca. Desse jeito, o pano estará sempre protegendo a boca e o nariz e não restarão espaços no rosto;
- d. use a máscara sempre que precisar sair de casa. Saia sempre com pelo menos uma reserva e leve uma sacola para guardar a máscara suja, quando precisar trocar;

**Todas as informações são baseadas no conhecimento atual sobre os casos de infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV2) e podem ser alteradas conforme novas informações sobre o vírus forem disponibilizadas.**

## REFERÊNCIAS

<https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46645-mascaras-caseiras-podem-ajudar-na-prevencao-contr-o-coronavirus?>  
<http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/NT+M%C3%A1scaras.pdf/>  
<https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/04/1586014047102-Nota-Informativa.pdf>