

# MEDIDA PROTETIVA PARA CONTENÇÃO DO AVANÇO DA PANDEMIA<sup>1</sup>

Elidiane Emanuelli Ficanha<sup>2</sup>, Verginia Margareth Possatti Rocha<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Pesquisa Institucional desenvolvida na monitoria da disciplina de Saúde Coletiva, Graduação em Fisioterapia.

<sup>2</sup> Aluna do curso de Graduação em Fisioterapia da UFSM, Santa Maria/RS/Brasil

<sup>3</sup> Professora Orientadora, Mestre em Saúde Coletiva, Departamento de Saúde Coletiva da UFSM, Santa Maria/RS/Brasil

**Introdução:** As doenças infectocontagiosas acompanham a história da humanidade e no ano de 2019, o surgimento de um novo vírus denominado Sars-Cov-2, deu origem a uma nova doença que atualmente é causa de preocupação global. Quando introduzido no organismo, esse vírus provoca danos aos sistemas corporais, em especial, a capacidade respiratória dos indivíduos, ocasionando dispneia, tosse, entre outros sintomas. Quando em casos graves, essa doença pode provocar a necessidade de intubação, sedação e muitas vezes leva ao óbito. No momento não há tratamento comprovado para tal, a vacinação não é 100% eficaz e ainda é restrita em virtude da carência de subsídios para sua produção. Para conter a disseminação, os órgãos públicos recomendam a adoção de medidas sanitárias, como exemplo o uso de máscaras, utilização de álcool gel e distanciamento físico. Porém, muitas pessoas ainda questionam tais medidas e, portanto, recusam-se a fazer o uso da máscara ou utilizam-na de maneira inadequada.

**Objetivo:** Analisar e descrever a importância e as recomendações presentes na literatura sobre o uso de máscaras utilizadas na prevenção da COVID-19.

**Método:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica básica pura. Os artigos foram encontrados a partir da busca dos termos “máscaras” [AND] “COVID-19” [AND] “prevenção de doenças”, nas plataformas BVS e Scielo. Os filtros utilizados foram presença do artigo na íntegra, no idioma português com data de publicação entre 2019 e 2021. A seleção inicial foi realizada através da leitura dos títulos e resumos, e posteriormente, os artigos que tivessem associação com o tema de interesse foram lidos na íntegra.

**Resultados:** A propagação do vírus se dá pelas gotículas expelidas por pessoas contaminadas no ato de falar, tossir ou espirrar, desta forma orienta-se o uso da máscara para conter a disseminação dessas partículas. Portanto, para evitar a exposição de outras pessoas, a máscara deve ser utilizada de forma individual, e, não deve ser compartilhada com terceiros. Ressalta-se, também, que a máscara deve sobrepor toda a extensão abaixo dos olhos, cobrindo totalmente nariz e boca, além de estar totalmente fixa, impedindo que haja espaço nas laterais. É extremamente importante que essa proteção esteja em condições adequadas de uso, ou seja, esteja higienizada e plenamente íntegra, sem

orifícios ou fendas. Em virtude do deslocamento constante de pessoas, na necessidade de utilização de transporte público coletivo, deve-se utilizar a máscara durante todo o trajeto, e posteriormente, após chegar ao local de destino o indivíduo é aconselhado a realizar a troca do equipamento. Além disso, a troca precisa ser feita quando a máscara estiver úmida, suja ou se a mesma tenha sido utilizada durante o período superior a 2 ou 3 horas. As recomendações presentes na literatura alertam para diversos cuidados, entre eles, o material de fabricação da máscara, quando confeccionada em casa, deve-se priorizar a utilização dos materiais mais resistentes, como exemplo o tecido de saco de aspirador, algodão ou fronhas de tecido antimicrobiano. Além disso, para profissionais ou pessoas que necessitem de maior proteção, também há opção de materiais adicionais, como exemplo as viseiras. Quando se trata de trabalhadores, é dever do proprietário da empresa fornecer máscaras de proteção, bem como, orientações sobre sua utilização, descarte e substituição. No caso de máscaras reutilizáveis, após o uso, elas devem ser armazenadas em sacolas plásticas totalmente vedadas, para impedir que haja contaminação de outros equipamentos, objetos pessoais e até mesmo o ambiente de trabalho. Esta proteção deve permanecer fixa durante conversas e não deve ser removida ou arrastadas para queixo, pescoço e outras partes do corpo. Em caso de atividade essenciais, em que há necessidade de remoção da máscara, algumas medidas adicionais devem ser tomadas, tais como: evitar o contato com a parte externa do tecido, e no caso em que haja o toque, higienizar as mãos após o ato; retirar a proteção pela alça logo atrás da orelha ou da cabeça; e logo após a remoção, lavar as mãos adequadamente.

**Conclusão:** Tendo em vista os achados que regulam a forma de utilização e manuseio da máscara, percebe-se que embora seja um equipamento simples, possui uma função fundamental na contenção da disseminação do vírus. Outrossim, os cuidados com esta proteção permitem com que ela seja eficaz, portanto, cabe aos indivíduos a tarefa de adotar as medidas recomendadas.

**Palavras-chave:** Máscaras; COVID-19; Participação pública; Saúde coletiva; Prevenção de doenças;