

Uma série de pesquisas científicas demonstrou que o uso de máscaras faciais durante surtos de doenças virais como a causada pelo coronavírus 2019 (COVID-19) só demonstrou ser eficaz para proteger os profissionais de saúde e reduzir o risco de pacientes doentes espalharem a doença.

Com base nessas evidências, a Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS) recomenda o uso de máscaras faciais para:

- Pessoas que apresentam sintomas respiratórios, como tosse, espirros ou dificuldade em respirar, mesmo quando procuram atendimento médico, para proteger as pessoas ao seu redor.
- Pessoas (incluindo familiares) que prestam atendimento a pessoas com sintomas respiratórios.
- Profissionais de saúde, quando entram em uma sala com pacientes ou quando tratam um indivíduo com sintomas respiratórios e de acordo com o tipo de atendimento que será prestado.

Em nenhuma dessas circunstâncias, o uso somente de uma máscara facial não garante a proteção contra infecções e deve ser combinado com outras medidas de proteção pessoal, como higienizar as mãos, manter distância de pessoas com sintomas e praticar a etiqueta respiratória (ao tossir ou espirrar, cobrir a boca e o nariz com o cotovelo flexionado ou com um lenço - em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos).

“Nenhuma medida preventiva é 100% eficaz para prevenir infecções, mas praticar todas elas de maneira conjunta pode reduzir as chances de disseminação da infecção”, disse o vice-diretor da OPAS, Jarbas Barbosa.

Recomendações para o público em geral

Os estudos não demonstraram um benefício claro do uso de máscaras para pessoas saudáveis. Algumas pesquisas mostram que as pessoas podem ser infectadas tocando em uma máscara contaminada que estavam usando ou removendo-a incorretamente.

Em um surto como o COVID-19, as seguintes medidas podem ajudar as pessoas a reduzir suas chances de serem infectadas:

- Lave as mãos com frequência ou use um desinfetante para as mãos à base de álcool. Sempre lave com água e sabão quando as mãos estiverem visivelmente sujas.
- Evite tocar o nariz ou a boca, que são vias comuns de infecção.
- Evite multidões e limite suas visitas a espaços fechados com pessoas.
- Evite o aperto de mão e outras formas de contato físico.
- Mantenha uma distância de pelo menos um metro (3 pés) de qualquer pessoa que tenha sintomas respiratórios (por exemplo, tosse ou espirro).

Se a pessoa tiver sintomas como tosse, espirros ou dificuldade para respirar, as recomendações são:

- Usar uma máscara facial, se estiver infectada, para evitar a propagação da doença.
- Se não usar máscara, mas estiver tossindo e espirrando, é fundamental cobrir o nariz e a boca com o cotovelo dobrado ou com um lenço de papel - em seguida, jogar fora o lenço e higienizar as mãos.

“Este é um novo vírus”, disse Barbosa, referindo-se ao COVID-19, “então ainda estamos coletando informações sobre ele. Mas as evidências já disponíveis mostram que é semelhante o suficiente a outros vírus e estamos bastante confiantes de que essas recomendações são boas dicas para reduzir as chances de infecção”.

Fonte: OPAS/OMS, em 28.02.2020