



Orientações para o uso correto  
**DA MÁSCARA DE TECIDO**

# ORIENTAÇÕES PARA O USO CORRETO DA MÁSCARA DE TECIDO

A máscara serve como barreira mecânica para diminuir a disseminação do vírus por indivíduos assintomáticos ou sintomáticos. Ela serve como complemento aos cuidados tradicionais para evitar o novo coronavírus.

O uso das máscaras de tecido deve sempre estar associado às ações de lavagem e desinfecção das mãos (assista ao vídeo [HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS](#) para maiores informações) e às ações de prevenção comunitária, como o distanciamento social. Seu uso é uma solução paliativa que, para ter eficácia aumentada, precisa de alguns cuidados importantes:

- use a máscara sempre que precisar sair de casa;
- higienize as mãos antes de colocar ou retirar a máscara;
- use as tiras laterais para colocar ou retirar a máscara;
- a máscara precisa cobrir totalmente o nariz e a boca e deve estar bem ajustada ao rosto; não a deixe sob o nariz ou o queixo;
- a máscara é de uso individual, não pode ser compartilhada;
- é importante ter mais de uma máscara, pois deve ser substituída quando estiver úmida;
- aproveite para fazer sua refeição em um momento em que for necessária a troca de máscara;
- leve sempre um saco plástico para guardar a máscara já utilizada;
- não toque na parte frontal da máscara;
- limpe a superfície com álcool a 70% caso seja necessário você retirar e apoiar a máscara nela; não deixe a alça elástica tocar a máscara;
- não guarde a máscara em nenhum lugar, como bolso e bolsa, nem dentro do carro;
- chegando em casa, tire os sapatos, lave bem as mãos e só então retire a máscara;
- remova a máscara pegando pelo elástico ou laço da parte traseira, evitando tocar na parte da frente, que pode estar contaminada;

- 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);
- lave a máscara usando água e sabão e faça o enxágue em água corrente;
- deixe a máscara secar bem. Em seguida, passe ferro quente e guarde em saco plástico limpo para a próxima utilização;
- a máscara não pode ser utilizada se estiver úmida ou suja;
- se notar desgaste no tecido da máscara, descarte-a;
- antes de realizar todos os procedimentos com a máscara – estender, recolher, passar, guardar, colocar – lave bem as mãos.

## IMPORTANTE

A máscara dá uma falsa sensação de segurança, e seu uso não substitui as demais medidas de proteção recomendadas.

Seguindo as orientações de distanciamento físico, higienização das mãos e uso de máscara de tecido (assista ao vídeo [USO CORRETO DA MÁSCARA](#) para maiores informações) quando houver necessidade de sair, nos protegemos e protegemos também as pessoas ao nosso redor, bem como os profissionais de saúde que estão na linha de frente desse combate.



# FONTES

<https://www.unimed.coop.br/viver-bem/saude-em-pauta/mascara-de-tecido-uma-ajuda-caseira-no-combate-ao-coronavirus>

<https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/covid-19-orientacoes-sobre-o-uso-de-mascaras-de-protecao/>



PODER JUDICIÁRIO  
de Santa Catarina