



SOCIEDADE BRASILEIRA
DE REUMATOLOGIA

MÁSCARAS



@**SBR** Posso usar a **máscara de tecido** para ajudar na diminuição da disseminação do novo coronavírus/ COVID19? Como devo realizar sua confecção e lavagem?



SOCIEDADE BRASILEIRA
DE REUMATOLOGIA

MÁSCARAS



Sim. Sua utilização pode atuar como uma barreira física e ajudar a impedir a disseminação de gotículas expelidas do nariz e boca. **Como as máscaras cirúrgicas e N95/PFF2 descartáveis devem ser priorizadas para profissionais de saúde, nesse momento de escassez de recursos, as máscaras de tecido dever ser preferidas.**

Seguem algumas recomendações. →



SOCIEDADE BRASILEIRA
DE REUMATOLOGIA

MÁSCARAS



-  A máscara deve ser confeccionada com **duas camadas** e pode ser utilizado tecido algodão, tricoline, TNT, ou outro tecido disponível.
-  Ao utilizar **cobrir totalmente o nariz e a boca**, minimizando ao máximo os espaços entre o rosto e a máscara.
-  Enquanto estiver usando a máscara evite ajusta-la ou toca-la sem antes lavar as mãos. Para remover pegue pelo laço ou nó da parte traseira, evitando de tocar na parte da frente.



SOCIEDADE BRASILEIRA
DE REUMATOLOGIA

MÁSCARAS



 **Seu uso é individual**, por no máximo 2 horas, então coloque-a em um saco ou recipiente, para que seja descartada ou lavada.

 Para sua higienização deve ser **lavada com água e sabão e colocada de molho em água sanitária**, por pelo menos 40 minutos, e após ser passada a ferro.

Atenção! Independente do uso de máscara, mantenha as medidas de distanciamento social, os protocolos de higienização de mãos e de objetos de uso pessoal.

VERSÃO 03/04/2020