

# ORIENTAÇÕES PARA A PRÉ-FASE 2

Considerando a pandemia de Covid-19 e o retorno das atividades na pré-fase 2 (mutirão de organização dos espaços e materiais), elencamos, abaixo, alguns cuidados extremamente importantes que ajudarão a minimizar e prevenir o contágio da Covid-19:



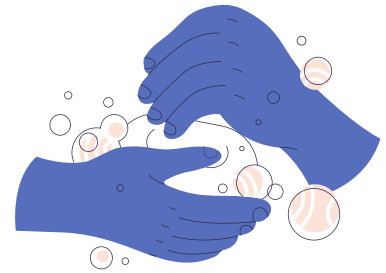
## 1 Usar máscara PFF2

### Cuidados e recomendações quanto ao uso da sua máscara:

- Ao colocar a máscara, é fundamental que ela esteja vedada no nariz e abaixo do queixo, de forma a garantir o poder de filtração.
- Verificar frequentemente a capacidade de vedação (realizar o teste de vedação\*) da máscara e a presença de avarias ou sujidades que possam comprometer a sua efetividade. Descartá-la sempre que suja, danificada (com afrouxamento das aças ou clip), com rasgos, vincos ou amassados.\*Teste de vedação: cobrir a N95/PFF2 com as mãos higienizadas em concha, sem forçar a máscara sobre o rosto e soprar suavemente. Se houver fuga de ar a máscara não está com a vedação correta.
- Não são máscaras descartáveis após o primeiro uso e devem ser usadas de modo intercalado. Cada máscara deve ficar "respirando" de 3 a 5 dias.
- O tempo de validade da máscara é variável e está condicionado ao período de utilização em relação ao risco de exposição. Conservadas da maneira adequada e, quando o tempo não for especificado pelo fabricante, considera-se de 5 a 7 dias de uso estendido (até 8 horas/dia). Elas podem ser penduradas em algum local para arejar. Evitar colocá-las em sacos plásticos, porque elas ficam úmidas e acabam durando menos tempo. Guardá-las, preferencialmente, em acomodações (caixa, envelope) de papel ou papelão.
- Essas máscaras não devem ser higienizadas ou lavadas. A higienização pode levar à quebra da barreira de proteção. O ideal é conservá-las sem dobrar ou amassar, de modo a preservar a eficácia da filtração.
- Lembre-se: o uso de máscaras, sejam elas cirúrgicas, N95/PFF2, ou caseiras/de pano constitui medida complementar ao distanciamento social, etiqueta respiratória e meticulosa higiene de mãos, sempre evitando tocar rosto, nariz, olhos e boca.

2

**LAVAR AS MÃOS** com frequência! A lavagem das mãos deve ocorrer sempre que houver sujeira visível.



3

Higienizar, na entrada e frequentemente, as mãos com álcool 70%.

4

Manter o ambiente ventilado; ao chegar ao seu local de trabalho abrir as janelas.

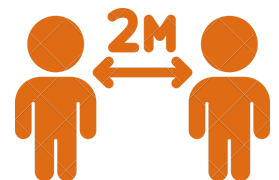


5

Evitar comportamentos sociais que envolvam o toque direto entre pessoas (abraços, beijos, apertos de mão, toque).

6

Evitar aglomeração e manter o distanciamento social de 2m.



REFERÊNCIAS: Nota técnica 01/2021: Orientações sobre uso de máscaras para proteção contra a COVID-19 e <https://portal.fiocruz.br/coronavirus/material-para-download>



Serviço de Enfermagem