

Saiba como utilizar máscaras de proteção de gotículas



A máscara de proteção é mais uma das medidas para combater o coronavírus, de acordo com a nova orientação do Ministério da Saúde. O equipamento serve como uma barreira contra a disseminação de gotículas expelidas do nariz e da boca. Mas você sabe como utilizá-lo?

A enfermeira da Secretaria Municipal de Saúde da cidade de Congonhas, Hilda de Oliveira Souza, explica quais cuidados devem ser tomados.

Antes de colocar a máscara de proteção, o primeiro passo é lavar as mãos corretamente: aplicar o sabonete; esfregar as palmas e o dorso das mãos; esfregar entre e o dorso dos dedos; esfregar os polegares; friccionar as digitais na palma das mãos; esfregar o punho; e enxaguar bem. É importante as mãos estarem limpas durante todo o processo.

Segundo a enfermeira, o elástico e o clipe nasal são referências. Além disso, a costura da máscara deve estar sempre virada para o rosto. “Escolha a técnica de colocação levando em conta sua destreza e seu conforto”, explica.



Máscaras de proteção com elástico

Coloque um elástico atrás da orelha, dando preferência à sua mão dominante. Em seguida, coloque o outro. Também é possível colocar os dois elásticos ao mesmo tempo. Em seguida, ajeite a máscara no rosto, sendo que o nariz e a boca devem estar tampados.

Máscaras de proteção com amarração

Neste caso, deve-se ajeitar a máscara no rosto primeiro. Depois, basta amarrá-la na parte alta da cabeça ou na altura da nuca, levando em conta a maneira mais confortável.



Como retirar?

Para tirar a máscara, é necessário lavar as mãos novamente. Depois, retire-a pelo elástico ou pela amarração, nunca tocando na parte frontal. Caso seja um equipamento descartável, deve-se jogá-lo no lixo. Caso seja de tecido e reutilizável, deve-se lavá-lo. Higienize as mãos novamente.

“Nos casos das máscaras reutilizáveis, aconselha-se seu uso por duas horas e é exclusivo para cada pessoa”, ressalta a enfermeira Hilda de Oliveira Souza.

<https://foconoticia.com.br/noticia/5318/saiba-como-utilizar-mascaras-de-protecao-de-goticulas> em 04/07/2024 13:20